تجميعة روشتات طبيه

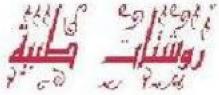




24_{Hours}
Of Simplified
Medicine
MedicineOfSlums







Dr / Rasha Hany

روشتة لعلاج تساقط الشعر الغير وراثي Non Hereditary Hair loss

R /
HairStabil Shampoo

شامبو يفرك في الشعر لمدة خمس دقائق
ثم يشطف بالماء مرة يومياً

Tonoscalpine lotion لوشن يوم بعد يوم على الشعر المفسول الجاف

For hair & nail capsules

كبسولة مرتين يومياً لمدة شهر - اشهور
تحتوي على فيتامينات أو هو والزنك





Common cold & Influenza in babies نزلات البرد والانفلونزا عند الرضع

Rx:
Otrivin baby drops
مضاد للهستامين يزيل انسداد ورشح الأنف

Rx:
Pyral drops

ه نقط ۳ مرات يومياً حتى زوال الحرارة

Rx:
Hiconcil drops
تحل بالماء وتعط قطارة كل ٦-٨ ساعات
مضادات حيوية لحماية الجهاز التنفسي
or Duricef drops

Dr / Rasha Hany



***** For neonates below 3 months, it is better to give saline nasal drops (otrivin) & Avoid drugs that contain decongestant



علاج كدمة العين EYE TRAUMA

يجب عمل كمادات ثلج على محيط الإصابة لمدة ١٠-١٥ دقيقة لمدة ٢٤-٨٤ ساعة.

Rx / Alphinterin tab

قرص كل ٨ ساعات قبل الأكل

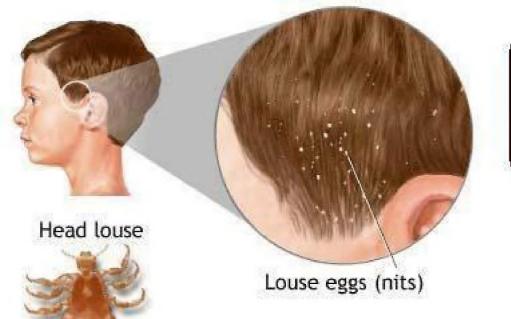
Rx / Reparil gel Or Hemoclar

دهان على مكان التورم كل ٨ ساعات ولكن يجب الحذر بحيث لا يدخل في العين

من الممكن إعطاء حقنة alpha-chemotrypsin ولكن بعد عمل اختبار الحساسية + إعطاء مسكن مثل Cataflam 50

تأكد من عدم وجود دم داخل العين فهذا يشير لحدوث نزيف داخلي Hyphema يجب الذهاب لطبيب الرمد في حالة خروج دم من العين أو الأنف أو الأذن وفي حالة فقدان الوعي وفي حالة ازدواج الرؤية

Dr 1 Ali Sallam



روشتة لعلاج قمل الرأس Lice

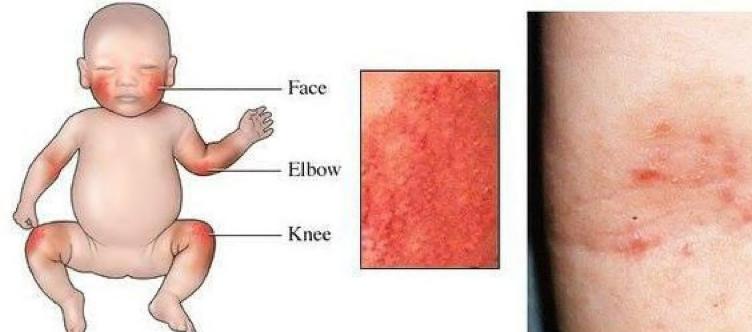


Licid Lotion

بخاخ للرأس يترك لمدة ساعة ويغسل tetramethrin بماء وشامبو ثم يجب تسريحه بعد ذلك بالمشط لإزالة القمل

Contain premethrin or

Dr / Rasha Hany





R / Corticosteroid cream
(should be applied for less than 1 week to avoid side effects)

مرتين يوميا

Allerfene tab (non sedating antihistaminic relief allergic reaction) قرص كل ٢٤ ساعة بعد الأكل

Kenacort vial (long acting corticosteroid used only for resistant cases)

مرة واحدة في العضل

Dr I Rasha Hany

^{**} Combination of tar & corticosteroid used in resistant cases of Eczema & Psoriasis.

^{**} Bentosal oint, Diprosalic oint used in eczema with hyperkeratinized skin

^{**} the cause should be avoided, eg: irritant clothing, chemicals and soaps.

worm infection in Children (Enterobiasis) روشتة للديدان في الأطفال



Rx: Bendax Susp.

جرعة واحدة يومياً ٠٠٠ مجم لمدة ثلاث أيام تكرر بعد أسبوعين ثم بعد أسابيع ثم بعد ٤ أسابيع Dr / Rasha Hany

Itching around anal area / Vagina + Insomnia

+ may appear in stool





R/

Cataflam 50 mg tablets

قرص عند الشعور بالألم بعد الأكل كما هو الحال مع جميع المسكنات القوية يحذر استعمال هذا المسكن لمرضى قرحة المعدى والحمل

R/B.B.C Spray

بخة - بختين مكان الألم عند اللزوم شل Lidocaine or Xylocaine spray



Dr / Abd Ulrahman Hamid





Abdominal colic & Distension in Children المغص والانتفاخ عند الأطفال

Dr I Rasha Hany

Rx:

Viseralgine Syrup

ه ملي (نصف ملعقة) ٣ مرات يومياً حتى زوال المغص

Rx:
Simethicone suspension (Like Disflatyl)
مضاد للانتفاخ وطار للغازات
مضاد للانتفاخ وطار للغازات



روشتة

العدوي العين في الأطفال R/ terramycin eye مرهم قبل النوم لمدة أسبو ointmente

RI Ibidroxil 225 g susp.

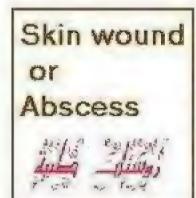
ملطة صغيرة صبنداً ومساءً لأسبوع + يستبدل في الرضع

R/ Ibidroxil 125 mg susp.

Dr/Rasha Hany



تعلق علمة suspension على الأدرية التي لا تنوب في الماء مثل المصادات الحيرية وأدوية الحدوضة بغِنما تطلق علمة الراب على الأدوية التي تدوب في الماء مثل أدرية الكنة







lodosept antiseptic soln.

(to clean the Abscess or the wound)

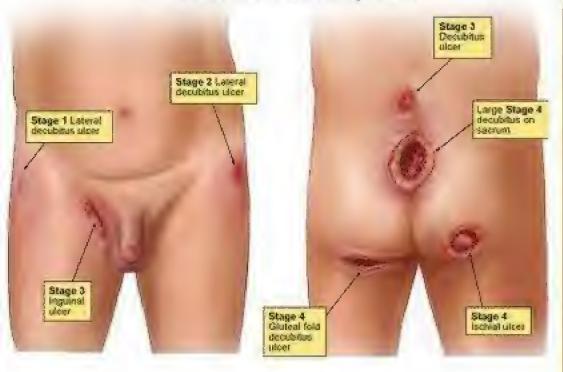
Fucidin

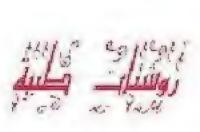
(applied 2-3 times daily)
(its cream form for Face & wet places)
(its cintment form for dry skin)

Verlosef 500 caps.

(1 cap / 8 hr after meals)

Pressure Sore Development







روشنة لعلاج قرح النواش Bed Sores

R/

Septocid Solution

لتنظيف القرحة مرتين يرميا

Dermazade Spray

يوضع على القرحة مرة يرمياً مساعد على التؤرجة مرة يومياً الأنمجة الميثة يساعد على التئام القرح رإذابة الأنمجة الميثة يعطي ميبو كريم نتائج ممتازة ولكنه غير متوفر بكثرة

Bancocin Powder

بودرة للفرحة مرة يوميا بعد المطهر

Changing the position of the patient every 2 hours is a very important part of treatment.

Dr / Rasha Hany



Peptic ulcer and Helicobacter pylori



روشتة لقرحة المعدة نتيجة بكتيريا هليوباكتر بيلوري

R/ Ompepack cap کیسولة قبل العشاء یومیاً

for 2-4 weeks Klacid 500 mg

قرص كل 12 ساعة بعد الأكل for 2 weeks

Flagyl 500 mg قرص كل 12 ساعة بعد الأكل for 2 weeks

* the above prescription
named (triple therapy)
made especially for H.Pylori
infection & formed of 1 PPIs
& 2 broad spectrum Abx
(clarithromycin) ..
* H.Pylori blood test should be
performed first



نصائح جميلة لمريض النقرس

الأكثار من السوائل=٢-٢ لتربومياً تناول كوبين من الماء قبل النوم نناول كوب من الماء بعد دخول الحمام إبدأ يومك النالب مكوب ماء التقليل مزب بعض الأطعمة المضرة للحالة مثل اللحوم والبقوليات والشروم والسبائخ والقرنبيط والفاصوليا والبازلاء والعدس والأطعمة البحرية والسكريات مثل المربى والعسل والبسكويت والابتعاد أيضاً عن المقالي

الإكثار من تناول الخضروات والسلطات + الإكثار من العنب إلا إذا كنت مريض بالسكري + عصير الجزر + أناناس تناول تفاحتين -٢ يومياً فالتفاح له تأثير رائع في امتصاص الترسيات الضارة من حمض البوريك

ط/على السيد سلام

نقص الفيتامينات

Vitamin Deficency





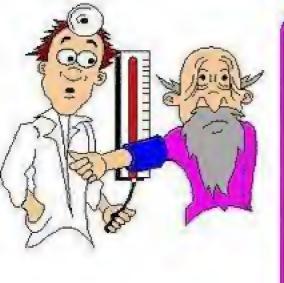
Dr I Rasha Hany

Rx: Bebe VIT drops نقطة مرة يومياً قبل أو بعد الأكل

FerinSol drops نقطة يومياً بعد الأكل

* giving high doses of multivitamins may cause multivitamins Toxicity, also Ca+ Vit D overdose may cause calculus formation or early closure of Epiphysis.

- "It is proved that Iron supplement for babies & Up to 2 years of age is Important, since within this 2 years Iron can pass the blood brain barrier, sharing the development of Brain cells responsible later for child intelligence.
- *BeBe VIT drops used when there is multivitamin deficency, weakness & with antibiotic therapy & to increase appetite.
- * FerinSol drops recommended when there is Iron deficency anemia and to guard against Iron deficency.
- Insure the parents that Iron preparations may cause temporary constipation, relieved few days after starting of treatment.



روشتة لعلام ضغط الدم المنخفض Hypotension

R / Effortil drops

20 drops directly in the mouth
or half glass of water 2-3 times
daily

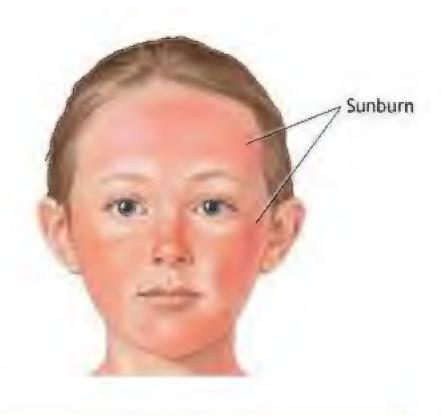


Dr / Rasha Hany

Advise patient to take salty food (old cheese)

one amps. of Dexamethasone may be given as supportive therapy in severe Hypotension





Simple skin allergy or sunburn

حكة الجلد وحروق الشمس البسيطة

RI

Calamyl lotion

Tavegyl tab (antihistamine)

Allergex cream (antihistamine)

مرتين-٣ مرات يومياً على أماكان الاحمرار وحروق الشمس فرص كل ١٢ ساعة بعد الأكل مرتين يومياً على المنطقة العرضة لحكة الجلد

Dr / Rasha Hany

روشته لعلاج قرح القم for ttt of aphthous ulcer

salivex L oral paint or or oracure gel دهان للمنطقة المصابة ه مرات

يوميا



betadine mouth wash

غسول للقم ٣ مرات يوميا







القولون التقرحي

Ulcerative colitis and Crohn's disease

Abd pain + Bloody diarrhea روشتة للقولون التقرحي Ulcerative colitis

R/

Salazoyrin tab 5 ASAs

2-4 tab 4 times after meals, then 1 tab/6 hrs for 6 mon.

Hostacortin H tab CS

1 tab 3 times 1/2 hour before meals

R/

Azathioprine

1 tab daily

Only in paients with no response to 5 ASA or Corticosteroids

Dr. Ali Sallam

نصانع لعلاج النزلة العوية Gastroenteritis



تعويض السوائل المفقودة بكثرة لتجنب الجفاف

لعِن - مكرونة - خضار مسلوق - مع غسل الطعام جيداً وتسخينه جيداً

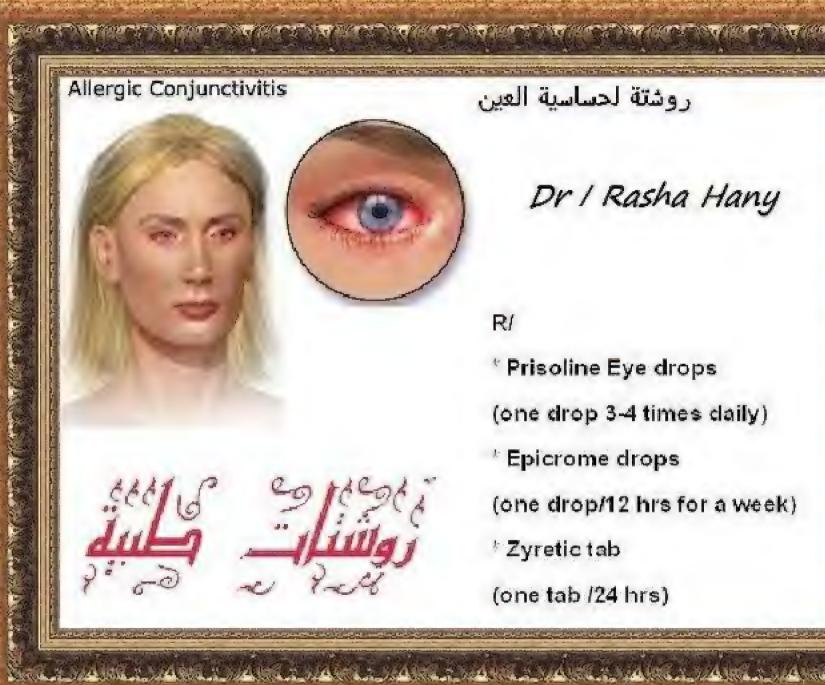
إدخال الأغذية الطبيعية بالتدرج -

في اليوم الثانمي أكل البسكويت المالح والرز المسلوق

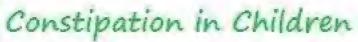
في اليوم الثَّالَث تضيف اللحوم المسلوقة والبيض المسلوق

تجنب السكريات والأطعمة الحارة والمياه الغازية

ط/على السيد سلام







الإمساك عند الأطفال

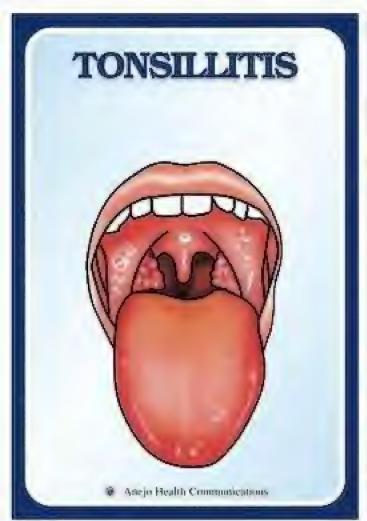
Rx : Normalx drops قطرات قبل التوم DR / Rasha Hany



IF there is colic & Spasm

Viseralgine Syrup

ه مني (نصف منعقة صغيرة) للمغص



روشتة لعلاج التماب اللوز الطاد

R/
Velosef 500 caps
كبسولة صباحاً ومساءً لمدة أسبوع
في الأطفال بستيدل بفيلوسيف شراب ٢٥٠

مجم کل ۳ ساعات وفي الرضع سنبدل به ۱۲ مجم کل ۸

Bradoral lozenges

قرص استحلاب کل آساعات

* it is antiseptic suitable for throat and buccal cavity infection

Tonsillitis may be accompanied by High fever, Headache, Difficulty in swallowing & enlarged pharynx.. sometimes tonsillitis may be masked (without fever) & recurrent masked tonsillitis may lead to Bacterial endocarditis.

Dr / Abd-Ulrahman Hamid





للوقاية من أشعة الشمس Sunscreen

RI Luna 35 lotion

applied 15 minutes before exposure to sun

Exposure to the sun several times daily or many days without using sunscreen may result in sun burn or severe damage to the skin.

للوقاية من أشعة الشمس Sunscreen

قي الأطفال أو الكبار عند التعرض للشمس لمجره ساعات قنيلة

R I Nivea 4 or luna 7

the number 7 means it gives sunprotection to the skin 7 times the normal skin.

Drl Rasha Hany



R/
Urosolvine eff. packets (contains colchicine)
اباکو فی نصف کوب ماء ۳ مرات یومیا

No-Uric 100 mg tablets قرص ٣مرات يوميا بعد الأكل يجب تجنب اللحوم والتهوة والشاي والكولا والبتوليات

في الحالات الشديدة يُعطى مسكن ومضاد للالتهاب مثل ديكلوفيناك الصوديوم ٥٠ مجم ٣ مرات يوميا بعد الأكل



المالة ال

روشتة لعدوى الأذن الخارجية

Otitis Externa

R/ Isoptomaxitrol

12قطرة/3مرات يوم/أسبوع

antibiotic/Corticosteroid combination to cover infection, reduce inflammation & infection (like Dexamytrex terracortril)

Tavegyl tab

قرص مرتين/يوم

كېسونة كل 8 ساعات Ketologin 50 mg tab

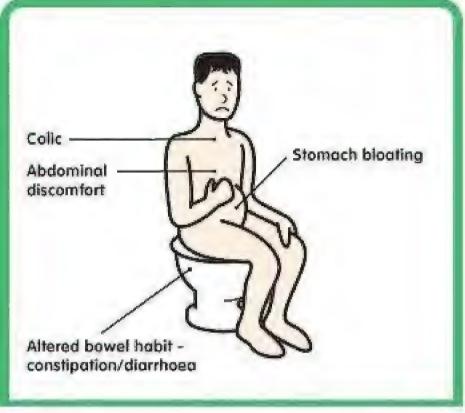
Ketolgin is ketoprofen gives good analgesia for pain

Velosef 500 cap

كبسولة عل 8 ساعات

Cephalosporins guard against middle ear infection

Dr/Abd-Ulrahman Hamid



Spastic colon

Irritable Bowel Syndrome (IBS)



روشتة للقولون العصبي

R/

Brane tab قرصين 3 مرات يومياً بعد الأكل

Dusputaline tab
دوسبتالين
دوسبتالين عرات يومياً قبل الأكل بنصف ساعة

Spasmodigestin tabs 15 ml 3 times before meals

Patient eduction :

-Food should be of low fat contant & High Fiber.

-Avoid stress.

Dr/Ali Sallam

عدوى القم بالقطريات عند الأطفال Oral Fungal Infection in children



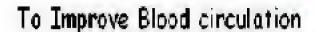
Dr / Rasha Hany

Miconaze oral gel

منعقة قم القم كل 8 ساعات

Contain Miconazole (Broad spectrum antifungal)

* Appears as Whitish cover over the tongue.





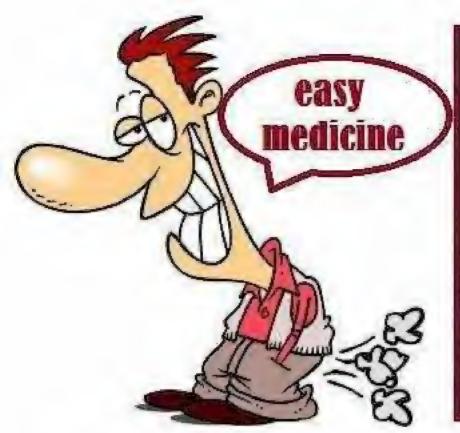
روشتة لتنشيط الدورة الدموية مثل ضعف الذاكرة وقلة التركيز وبرودة الأطراف والدوخة

R/ Stugeron tab قرص مرتين يومياً بعد الأكل

it contains cinnarizine, it inhibuts transport of calcium ions, also has the same actions of antihistamines thus inhibits VC.

R / Triviastal tab قرص بعد الأكل ٣ مرات يومياً

Dr / Rasha Hany



روشتة لعلاج الانتفاخ وسوء الهضم والتطبل Flatulence

R/ luftal Chewable tabs

قرص بمضع ٣ مرات يومياً بعد الوجبات --لوفتال بطرد الغازات مضاد للانتفاخ مثل Disflatyl

Caused by:

Rapid eating (Aerophagia)

Gaseous food

Diverticulitis (alternative diarrhea & Constipation)

Malabsorbtion

Bacterial or protozoan bowel infection

Patient education:

- * Avoid drinking while eating
- * Avoid Rapid eating (to avoid Swallowing Air)
- * Avoid Gaseous Food (Onion, Beans, Cabbage, Milk "tall glass of milk", Fruits
- "Whole apple or a guava")

easy medicine

dr nour eldeen



روشتة للحروق Burns

: 13 The Broad exectrum anticentic

antiseptic Solution	ستعید نِمکن آن بِنشفتم بدون تفقیف	Broad spectrum antiseptic
Dermazine cream	پوضع مرتین پومیا	Contain Sliver-sulphadizaine (antibacterial for variable dgrees of burn)
Sofratuli Gauz	شاش يوطع على المنطقة المحروقة مرة يومياً بعد الكريم	Contain sodium Fusidate
Ibidroxil 500 cap	عبسرنه عن ۸ ساعات حتى الانتبام	Contain cephadroxil
Mebo cream	كريم رائع يجند الجنديوضع مرة يوميا	Contain Collagenase Enzyme promote healing

Dr / Rasha Hany



the above prescribtion suitable for 1st and 2nd degrees of burn, (where the skin is not removed completely)

- 5 steps must be done for severe cases of burn,
- 1-deliver the patient to hospital
- 2- remove clothes Fix cannula (to give IV Ringer & Saline)
- 3-Antihistamine amp (Avil) + corticosteroid (epidron) + tetanus toxoid (du allergic test)
- 4-Analgesic injection (Voltarin)+anticoagulant
- 5-Eye drops or ointment (terramycin or apigent)



روشتة لإزالة رائحة القدم - القدم الرياضي Fungal infection between toes -Athletic Foot



Cansten Solution	يوضع مرتين يوميا بعد التنظيف بين الأصابع بماء دافئ وصابون	It has a broad spectrum antifungal activity.
Miconaz Powder	يوضع مرتين يوميا بعد المحلول	Contain Miconazole ,a broad spectrum antifungal.

Dr / Rasha Hany





Otitis media in children روشتة لعدوى الأذن الوسطى في الأطفال

Rx : Duricef 250

ه ملي (نصف معلقة) كل ٨ ساعات لمدة ٧ أيام
معلد حيوى واسع الانتشار

Rx: Apigent ear drops قطرة-قطرتين ٣ مرات يوميا لعدة ٧ أيام إذا كات العدرى مصاحبة بالثهاب مضاد حيوى

Rx: Earcure ear drops or Otocalm قطرة قطرتين ٣ مراث يومياً ثمدة ١٠ أينه سكن

Rx : Voltaren 12.5 & 25 supp.

لبوس کل ۱۴ ساحة

پختوي على ديكٽو قينات و هو سنكن قوي

Dr I Rasha Hany









Tonsilitis or Throat infections

التهاب اللوز والحتجرة

Dr I Rasha Hany

Rx: Flumox 250 susp.

مضاد حيوي مني (نصف منعقة صغيرة) كل ٨ ساعات لمدة أسبوع

Rx : Brufen Susp. خافض للحرارة ملى كل ٨ ساعات

Tonsilitis
usually accompanied
with high fever,
difficulty in swallowing &
enlarged pharynx ...
may be masked
(without fever)





روشتة لحساسية الأنف

Nasal allergy & congestion

R/

Prisoline drops نقطتین فی کل آنف ۳ مرات یومیاً

R/

Claritine tablets قرص واحد يومياً بعد الأكل مثل Ioratine or Ioratan

Dr / Abd-Ulrahman Hamid





روشنة لعلاج الجرب Scabies

Sulpher Soap	صابولة يغسل بها الجسد كله بالماء الدافئ	Sulpher has good activity against scabies:
Eurax lotion	دهان للجسم ماعدا الرأس والوجه مرة يوميا ل ٣ أيام	Contain Crotamiton eradicate scabies after 3 days of treatment

بالرغم من سهونة علاج مرض انجرب إلا أن العدوى به سهلة تذلك يجب عدم لبس ملابس المصاب أو نمسة أو النوم بجوارد حتى تنتهى مدة العلاج ،، ويجب تغيير الملابس ومفرش السرير وغليهم كل مرة بعد الدهان لمنع استمرار العدوى أو رجوعها.



Dr / Rasha Hany



Chronic Bronchitis Smoker's lung

If you smoke: QUIT!
It is never too late

You cough alot + Thick sputum difficult to cough up

روشتة للنزلة الشعبية الهزمنة Chronic Bronchtis

R/

* Aironyl Syrup ملعقة كبيرة 3مرات يوميأحتى الشفاء bronchodilator

18

Bronchophan syrup ملعقة كبيرة 3 مرات

acts as cough suppressant , decongestant , antihistaminic & mucolytic

Dr / Mido



روشتة نعلاج حب الشياب Acne

R I Sacnel Soap

يستعمل وبعك برفق على الوجه لمدة همس دقائق ثم يشطف بالماء

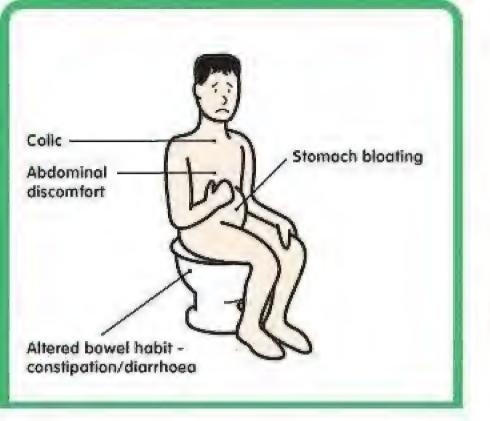
Erytin gel (Antibacterial + tretinoin "vit A")

يدهن مساء لحدة شهر

Vibramycin capsules (doxycilline)

كبسونة يوميا نعدة ١٠ أيام

The patient should not be exposed to sun after application of any acne preparation to avoid any skin inflammation.



نصائح لمريض القولون العصبي والانتفاخ

الاستفاع عن الأطعمة السببة للانتفاخ مثل القليات في الريوت (الطعمية - البالذهان - السمك - البطاطين)

اللحوم السنيفة (البط - الحمام -الضأن-الكبد-...) البصل والخضار النسبك و القشاة والكريمة بعض القواكة (المانجو-الجوافة-القين-الشمش-

البطيخ)

الحوادق : الفسيخ -الرنجة-الطرشي-الزيتون-الجبن شديد اللوحة-الأسماك المحفوظة

الحوارق : القلقل - الشطة

عدم الأكل بسرعة وعدم شرب الله أثناء الأكل

عدم شرب البيبسي والقهوة والشاي والعلبات

توزيع الطعام على عدة وجبات صغيرة خلال اليوم بدلاً من ٣ وجبات

شرب لتر ونصف إلى لترين ماء

تجنب الضغط النفسي والتوتر

ط/ على السيد سادم



روشتة للصدام النصفي Migraine

R / Migranil tab

2 tab when needed, can be repeated after 2 hrs

Migranil contains Ergotamine and painkiller like paracetamol.



Dr/Rasha Hany



روشتة لعدوي العين في الكبار

RI terramycin قبل النوم

RI Ibidroxil 500 cap. صباحاً ومساءً لعدة أسبوع

RI occuphenicol eye drops نقطتین فی کل عین ؛ مرات یومیاً

Dr/ Rasha Hany





Constipation in Babies

الإمساك عند الرضع

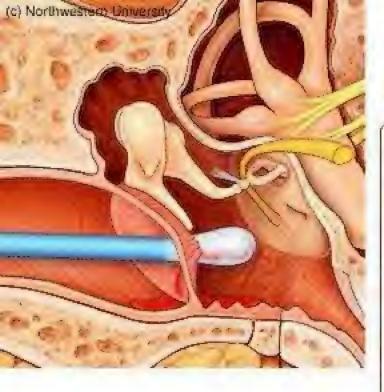
Dr I Rasha Hany

Rx:

Glycerine supp.

لبوسة واحدة عند اللزوم مرة أو مرتين يوميا

يمكن إعطاء ٥ ملي لاكتيلور شراب مساءً لمدة أسبوع أو أكثر فهو يساعد على تنظيم عملية الإخراج



والنبات كالمادة

روشتة لإزالة ألم الأذن وشمع الأذن

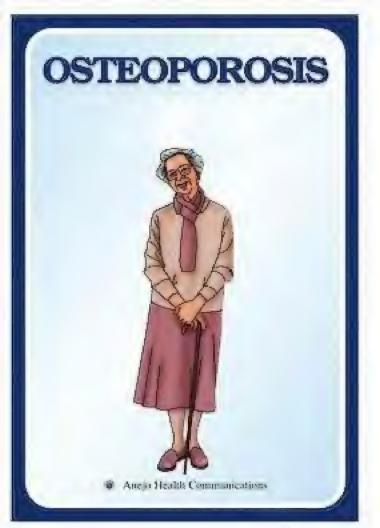
Ear wax & pain

R/
Remwax ear drops (otocalm ear drops)
نقطتين في الأذن 3 مرات يوميا

cataflam 50 mg tab
قرص بعد الأكل عند الشعور بألم في الأذن
في الأطفال يستبدل بكتافلام نقط أو نوستان شراب

If the wax not dissolved within 3 days, ENT Specialist can remove it by earwax waching apparaus as it may impair hearing.

Dr / Abd-Ulrahman Hamid



نصائح لريض هشاشة العظام

شرب اللبرب

+ أكل الجبن والبروتين النباتي

مثل البقوليات.

+ الابتعاد عن البروتين الحيواني حيث أنه يخرج الكالسيوم في البول

أكل الموز والكنة الوب مفيد

ممارسة رباضة المشي بانتظام

تجنب تناول الاملاح لأنها تخرج الكالسيوم في البول

الابتعاد عز الندخين

ط/على السيد سلام





إذا استازم الوقوف فيجب وضع إحدى القدمين على درجة وثني الركبة وتجنب المشي حافي القدمين على السيراميك.

حَجنب الجلوس أو الوقوف لفترات طويلة أكثر من ٢٠ دقيقة وإذا كان لا بد فتأخذ فاصل دقيقتين من الحركة.

- تجنب حدوث الإمساك وعلاجه جيداً بالملينات وتناول الخضروات والفواكه.

-عند النهوض من النوم :: يشي الشخص الركبتين ويستدير على جنبيه ثم الجلوس ثم القيام عن طريق دفع الأيدي وعكس الخطوات عند النوم.

- النوم على أحدالجنيين مع وضع وسادة بين الفخذين + وضع وسادة تحت الركبتين والقدمين

روشتة لألم وشمع الأذن

Ear Wax & Pain

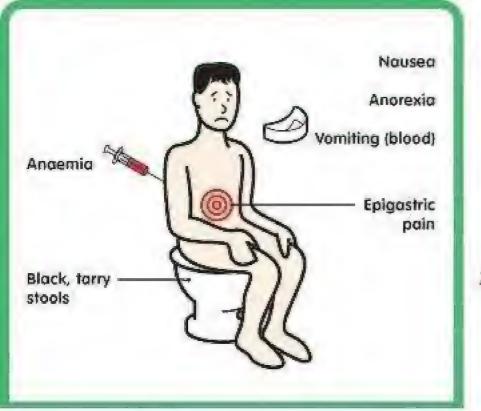
Dr / Rasha Hany





Remwax Ear drops قطرتین 3 مرات یومیاً لمدة 3 أیام	Dissolve Ear Wax
Megafen Susp. 10-5 مل كل 8 ساعات بعد الأكل	Contains Ibuprofen analgesic, antipyretic, suitable for 6 month of age and above

^{*} If the wax is not dissolved within 3 days , ENT specialist can remove it by earwax washing apppratus.



طعام مريض قرحة المعدة Peptic Ulcer

+ Gastritis + Hiatus Henia

اللبن - منتجات الألبان (الزبادي) - بيض مسلوق - أسماك خضار مسلوق (بسلة - فاصوليا - جزر - قرنبيط) + أرز

كيفية تثاول الأكل ٢٩٩٩

١- تناول الوجيات الثلاثة بانتظام

تناول وجبات صغیرة بین الوجبات الرئیسة (جیلی - مهلبیة زیادی - کیك - بسکوت)

٣- تجنب تناول الطعام ساخن أو بارد.

عدم الثوم بعد الأكل مباشرة وعدم الأكل بسرعة

ه-تناول كميات جيدة من الماء

يقضل القاكهة الغير حمضية مثل: تقاح - تين - ثمر - فراولة - عنب - كمثرى

تجنب الفاكهة الحمضية مثل: البرتقال - الليمون -اليوسفي - جريب فروت - مشمش - برقوق - أثاثاس تجنب الشاي والقهوة والمشروبات الغازية والحلوبات الدسمة.

نجنب البهارات والمقليات (الطعمية-الباذنجان-البطاطس-......) واللب والمكسرات والأملاح (جبن رومي -....) والليمون والدهون والخل والملوخية والسبانخ والبقونس

ممثوع منعأ باتأ الأسبرين وأدوية الروماتيزم والتدخين

عدم ارتداء ملابس ضيقة على منطقة البطن

ط/على السيد ملام



روشئة لعلاج الإمساك عند البالغين Constipation

R/

** Minalax tab

(1-2 tabs Before bed time)

** Nu-Spasm tab (Buscopan)

(1-2 tabs if there is a colic)

لمنع التقلصات المصاحبة

Most laxatives are contraindicated during pregnancy & Lactation.

Patient Education:

*Drink 8 glasses of Water each day.

* High Fiber Food (Whole grain breeds, Cereals and rice)

(Fresh fruits except for banana)

(Vegetables except for potatoes)

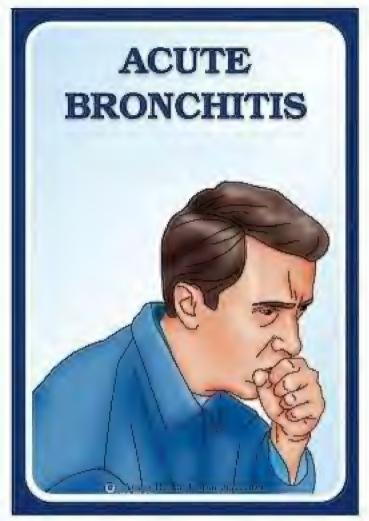
(Dried Fruits: Prunes, apricots & Figs)

(Legumes : Chick peas , backed beans , lima beans & Soya beans)

* try to limit stress on your life



Dr/ Ali Sallam



Sudden cough longed for few days + mucus + Fever + SOB نتيجة للسجائر أو عدوى بكتيرية أو فيروسية يجب على المريض التوقف فوراً عن التدخين والإماكن الملثة والإماكن الملثة ويجب شرب كنيات كبيرة من الماء

روشتة لعلام النزلة الشعبية العادة

R/ Hibiotic 625 mg

قرص كل 8 ساعات لمدة 5-10 ايام

lt is amoxicillin (others like augmentin) مضاد میں

Mucophyline Syrup

منعقة كبيرة 3 مرات يوميا بعد الأكل

it is bronchodilator and mucolytic

مذيب للبلغم

Abimol tab.

قَرْص إِلَى قَرْصِينَ 3 مرات يومياً بعد الأكلُ contains paracetamol acts as antipyretic خَافْض للحرار د

Dr / Mido





URIC ACID

انح لريض حصوات الكلي Renal Stones

- تجنب اللحوم والبروتينات.

- تجنب الأطعمة الذي تحتوى على أوكزالات مثل السيانخ والطماطم والشوكولا والفول السوداني والمكسرات والبقوليات الخضراء والفراولة والتفاح والشاي والقهوة والكولا.

- تحتب اللبن والبيض والأطعمة المحتومة على كالسيوم.

- تناول أطعمة قليلة الملح .

- الإكار من شرب الماء

ط/على السيد سلام





Abdominal Colic & Distension in Babies المغص والانتفاخ عند الرضع

Rx :

Gripe water

ه ملي (نصف ملعقة صغيرة) ٣-٤ مرات يومياً

يزيل الانتقاخ والمغص

Dr I Rasha Hany

Rx:
Semithicone drops

النقط ١-٣ مرات يومياً

قي حالة وجود غازات وانتفاخ

Rx:
Spasmotal drops (Buscopan drops)
ا نقط ٣ مرات يومياً حتى زوال الألم
مضاد للتقلصات في الرضع



Eye Congestion

روشتة لاحتقان العين تتيجة الإرهاق والقراءة ومشاهدة التليفزيون والحسساسية

R/ Visine AC drops (one drop 3-4 times daily)

فايزين يجب استعماله يصورة متواصلة لان متقطعة وليس بصورة متواصلة لان استخدامه لقترات طويلة يودي الي عدم المقدرة على الاستغناء عنه لاحتوائه على كورتيزون

Dr / Rasha Hany





Betaserc (Microserc)

قرص ٣ٌ مرات يومياً ينشط الدورة الدموية في المخ

Vascular Cap

كبسولة كل ١٢ ساعة بعد الأكل

روشتة لعلاج الدوخة وطنين الأذن



Dr / Rasha Hany



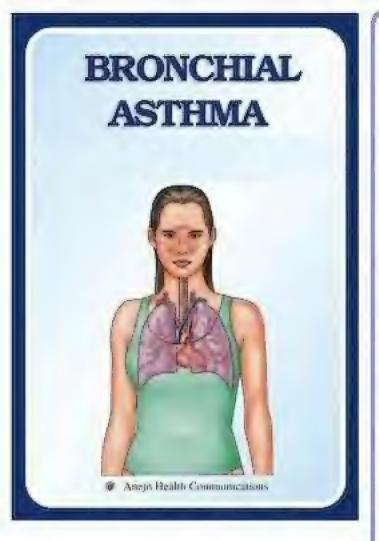
Motion Sickness

R/
Sultan caps.
2 tab 2 hrs before the travel

***** sultan like Dramenex tab.

 patients suffering from motion sickness shoudn't eat at least 2 hours before journey

Dr / Ali Sallam



Dr / Mido



روشتة للأزمة التنفسية — ضيق التنفس

R1 /
Bricanyl syrup or tab
قرص 3 مرات يومياً أو ملعقة كبيرة
مثل Aironyl

R2/
Ultrasolv Syrup
معلقة 3 مرات يومياً بعد الأكل

R3/ Kenacort Vial

حقنة تعطى مرة واحدة بعمق في العضل لا تكرر يستمر مفعولها عدة اسابيع (شهر أو أكثر) ويفضل عدم إعطائها إلا إذا لم تفلح الأدوية الغير كورتيوستيرودية لما لها من أضرار جانبية ويعطى معها مضاد حيوي كوقاية

R4/

Calcium amp.

أمبول ببطء شديد في الوريد يومياً لمدة 3 أيام يعطى ببطء بإشراف دكتور لأن إعطاءه بسرعة يسبب توقف التلب

المرقية Neck Pain

- أثناء القراءة قرب الورقة إلى وجهك ٣٠ سم وحذاري أن تحنى وجهك نحو الورقة

إذا استدرت للرد على شخص فاستدر بكامل جسمك وليس برقبتك فقط

- تجنب الجلوس أو الوقوف لأكثر من ثلاثين دقيقة سواصلة

- حاول أن تجعل الرأس والعمود الفقري في خط واحد .

- تجنب الاستلقاء على الأربكة والرأس على مسند الذراع

فيجب أشكون في وضع مستقيم ومسطح.

- ممنوع النوم أثناء الجلوس على الكرسي.

-لن يجلس على المكتب: استخدم كرسي له مساند لليدين

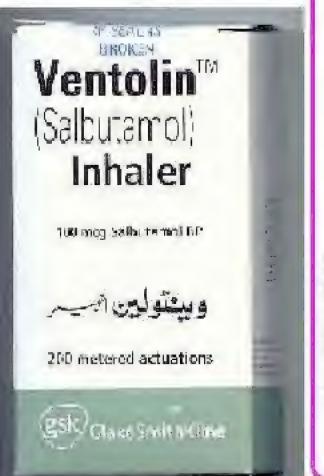
وإذا لم يوجد يجب وضع اليد على المكتب.

-وضع الثُّلج على المنطقة المؤلمة والمتصلية ثم أخذ حمام ساخن مدة طويلة

وتركيز الماء على الرقبة أو تسليط مجفف الشعر الساخن على الرقبة.

ط/علي السيد سلام





روشتة للكحة الجافة الناتجة عن الحساسية Dry Allergic cough

R/ Congestal Syrup ملعقة 3 مرات يومياً بعد الأكل

Ventolin 2 mg tab. قرص 3 مرات يومياً بعد الأكل

Vendexine Syrup 20 مل مرتين بعد الأكل لمدة 3 أيام

Vendexine Syrup contains antihistamine chlorpheneramine & Dexamehasone which has magic antiallergic & cough relief effect ... but due to its side effects, it is added when other measures are not effetive & the patient case allows Corticosteroid Therapy.

Dr / Mido

روشتة لألم وشمع الأذن

Ear Wax & Pain

Dr / Rasha Hany





Remwax Ear drops قطرتین 3 مرات یومیاً لمدة 3 أیام	Dissolve Ear Wax
Megafen Susp. 10-5 مل كل 8 ساعات بعد الأكل	Contains Ibuprofen analgesic, antipyretic, suitable for 6 month of age and above

^{*} If the wax is not dissolved within 3 days , ENT specialist can remove it by earwax washing apppratus.



نصائح لعلاج آلام الركية Knee pain

-لا تجلس أو تقف لفترات طويلة .

بجنب الجلوس على الأرض.

وسلاتكم.

بجنب تكوار صعود ونزول السلم كثيراً.

-اجعل الركبة في وضع وسط بين الثني والإمداد أثناء الجلوس.

-امتخدم كمادات الثلج موتين_-٣موات بومياً أثناء الواحة ولكن ليس قبل المشي والنشاط.

ط/على السيد سلام

روشتة للشخير أثناء النوم

Snoring



Snor enz oral Spray

بختين بالقم قبل النوم بساعتين على أن يكون بعد الأكل بساعة

R/
Snore no more nasal spray
بخة بكل فتحة أنف قبل النوم بساعة

Dr / Abd-Ulrahman Hamid







روشتة لعدوي الغم بالفطريات oral fungal infection, Oral Candidiasis

المالية المالي

RI

Betadine mouth wash
مضمضة تلفم ٣ مراث يومياً

Vibramycin cap.

كبسونة يومياً لمدة ٥٠٠٠ أيام بعد الأكل
بساعة

Amrizole 250 mg tab قرص ۲ مرات يومياً بعد الأكل it also remove bad odour of stool

Drl AbdUlrahman Hamid





Rx / Ditropan (1:63)

قرص تل ۸ ساعات

Rx/Minrin tab قرص وقت النوم

Dr I Ali Sallam

يقصنع بعدم ايقاف الدواء دون استشارة الطبيب



الأكل عدة مرات في اليوم ا

- زيادة تناول الملح . (غير مستحب)

- ملعقة عسل محل كل ساعتين إذا لم يكن مريضاً بالسك

-تناول مشروب ساخر _ كل ٣ ساعات وخاصة القرفة - الزنجبيل -

القهوة - وحبة البركة.

ط/على السيد سلام







روشتة لرائحة الفم الكريهة

Bad odour due to mouth soft tissue infection

R/

Betadine mouth Wash

(gargle for 3 minutes/8 hrs)

Vibramycin cap.

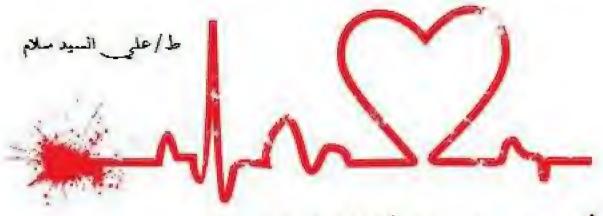
(one cap. daily for 5-10 days)

Amirzole 250 mg tab.

(one tab. 3 times daily after food)

Dr/Abd-Ulrahman Hamid

نصانح علاجية للضغط المرتفع HTN - Eclampsia - G.Edema



أكل بدوز ملح - تناول الكركدية والنعناع ذو فائدة

الإقلال من الشاي والقهوة والنسكافية -الإمتناع عن التدخين المشمى نصف ساعة ٣ مرات أصبوعياً -إنقاص الوزن

تناول الأسماك ٢ مرات أسبوعياً + تناول الخضروات والفاكهة - استخدام زيز الزينول يسمح بتناول الكربوهيدرات

الأطعمة المنوعة:

المخلل - الطرشي - الزيتون - البسطرمة والتونة والأطعمة المحفوظة والأسماك المعلبة - الما يونيز والكائشب الصلصة - المكسرات المعلجة كل أنواع الجبن ماعدا الخالي من الملح - البطاطس الشيسي المكاكاو - الشيكولانة - الخميرة والبيكنج بودر - الشورية المالحة - الزيدة

المشروبات المعازية - اللحوم السمينة - والمقليات والأكل الدسم.

Common cold & Influenza in Children نزلات البرد والانفلونزا عند الأطفال



Rx: E-Mox 250 mg مضاد حيوى

ه ملى نصف معلقة صغيرة كل ٨ ساعات لمدة خسس أيام

Rx: Balkis Syrup مزيل لاحتقان الأنف (يوقف انسداد الأنف) والرشح ملعقة صنغيرة صبياها ومساغ



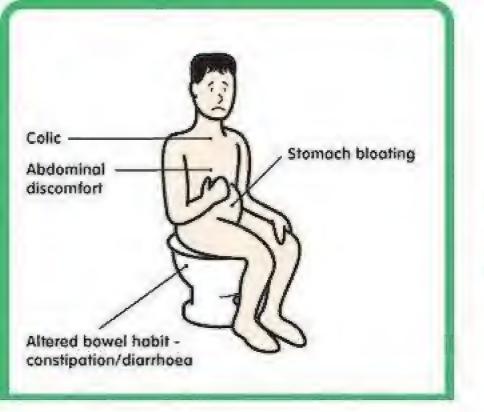
Abimol Syrup (like pyral) ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا يخفض الحرارة

Rx: Coughseed children supp ليوس شرجي ٣ مرات إذا كانت نزلة البرد مصاحبة بكحة Dr I Rasha Hany









نظام غذائس لمريض القولون العصبي والانتفاخ

الإفطار:

تدوب لبن أو بليلة (اللبن غير مستحب عند البعض)
بيضتان مسلوقتان أو جبن أو طبق صغير فول مصفي
خبز أبيض أو توست
كوب خفيف جداً من الشاي

الغناء:

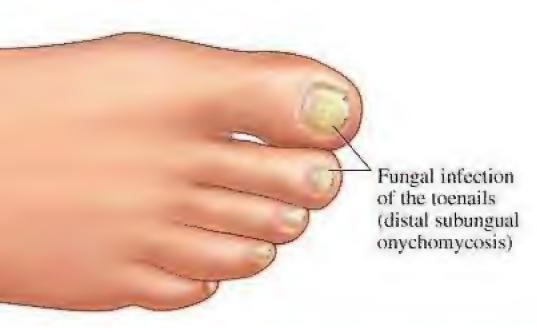
ارز او مكرونة او شعرية + لحم مسلوق او مشوي او سنك مشوي او سبانخ او قلقاس خيز أبيض أو توست

بطاطس مهروسة أو كوسة مسلوقة + تفاح أو عنب أو برتقال أو تبيزاو مشتش

الساعة الرابعة بعد الظهر : بسكويت أو كيك

العشاء:

ارز بلبن + منهلبیته او جیلی او عسل نحل او بطاطس منیروسته – بتدونس – خس



روشتة لإصابة الأظافر بالقطريات

> Nail Fungal Infection

Lamisil tab	قرص واحد يوميا لمدة ١٤	100
	یوم _ یکرر کل شهر _ لمدة ۳ شهور	
Trosyd nail	يوضع مرتين يوميا لمدة ٦	
solution	شهور	Strong solution for nail yeast infection



Dr / Rasha Hany

Fucidin cream sshould be added if there is Bacterial infection.



Eye Congestion

روشتة لاحتقان العين تتيجة الإرهاق والقراءة ومشاهدة التليفزيون والمساسية

R/ Visine AC drops (one drop 3-4 times daily)

فايزين يجب استعماله يصورة متواصلة لان متقطعة وليس بصورة متواصلة لان استخدامه لقترات طويلة يودي الي عدم المقدرة على الاستغناء عنه لاحتوائه على كورتيزون

Dr / Rasha Hany



runny nose

Fever (usually lasts 3 to 5 days)

body aches

Fatigue

Cough (may last 2 wks or more)

روشتة للبرد والأنفلونزا common cold & influenza

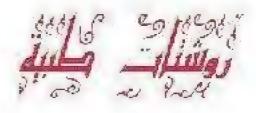
R / Clarinase

> قرص 3 مرات حتى تتوقف الأعراض it is antihistamine

Vitacid Calcium كيس في نصف كوب مرة يومياً فيتامين سي يقوي المناعة والكالسيوم يقلل الألم

Flumox 500 cap كبسولة كل 8 ساعات بعد الأكل يحمي من حدوث مضاعفات

Dr/Mido





* symptoms of allergy
Flushing
Itching , Skin allergy
runny nose
bronchospam & cough

روشتة للكحة المصاحبة لبلغم الناتجة عن حساسية

Wet Allergic cough

R /

Mucophylline syrup

ملعتة 3 مرات يومياً بعد الأكل

Telfast 180 tab قرص يومياً بعد الأكل

Vendexine Syrup مرتين بعد الأكل لمدة 3 أيام

Dr / Mido



فاتح الشهية للأطفال Appetizers for Kids

Dr I Rasha Hany

Rx : TresOrix Syrup

5 ml 1 hr before meals

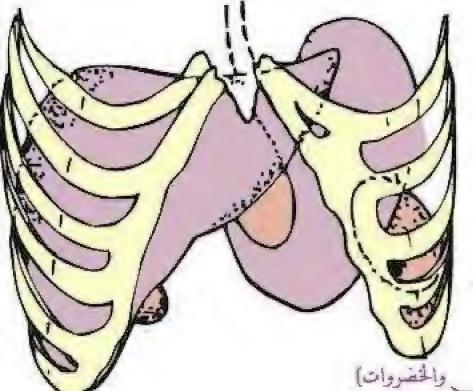
Multi-Sanostol Syrup

5 ml 1-2 times daily after food.

- * This prescribtion is Important for those kids usually taking unbalanced or insufficent meals or nutrition.
- * During the teething period , the children should take Ca+ & Vit D Syrup like (D-cal B12 or Visol calcium) .







طعام جميع مرضي الكيد

بدور ملح

-الاستعاضة عن الملح بالكعون والليعون

تناول الأطعمة اللبنة والطربة وتجنب الأطعمة الخشئة التي

قد تحدش المرى مثل الخير الجاف

- أطمعة تحتوي فيتامين ك (كالخس والسباخ والبروكلي والخضروات)

- تناول بيض مسلوق (البياض فقط) وعسل تحل باعتدال في الإفطار

-عدم تتاول الشاي التَّقِيل والقهوة والماء والمصائر المُلَّجة والسوائل شديدة السخونة للحفاظ على المرك والمعدة.

حدم تناول الحريفات كالفلفل الأسود والشطة والمخلل

-الابنماد عز الأطمعة التي تهيج المرى مثل المشعش والتعرالهندي والكركديه وعصير الطعاطم

-ينصح بأطمعة تحتوي الحديد (العسل الإسود - الكبدة-اللوبيا) بعد النزيف.

ط/على السيد ملام



روشتة لعلاج الإسهال لدى البالغين due to Amoebiais or Giardia R/ كيسولة ٣ مرات يومياً حتى توقف الاسهال Immodium caps (Immodium such as Lopodium or lomotil caps) R/قرص ٣ مرات يومياً /أسبوع Furazol tab R/كيسولة ٢ مرات يومياً Antinal caps

عند الشعول بالمغض RI Buscopan one tab 3 times before

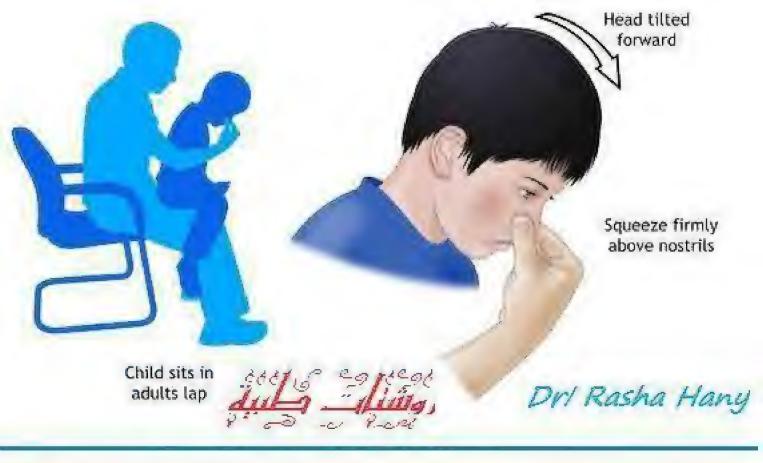
إذا كان الإسهال مصاحب بارتفاع درجة الحرارة Bacterial gastroenteritis watery stool + Nausea + Vomiting + Abd pain RI IM or SC primpran to stop Nausea & vomiting then ttt * Antinal caps كبسولة ٣ مرات يومياً بعد الأكل

* Septrin D.S tab

قرص مرتين يومياً بعد الأكل (كل ١٢ ساعة)

food

Dr/ Ali Sallam



R/

Epinephrine amps (Adrenaline) يفرغ أمبول على قطعة قطن ويوضع داخل الأنف التي تنزف لدلائق

R/Otrivin nasal spray بخة ٣مرات يومياً لعدة يوم واحد

R/Dafrex 500 tab قرصين صباحاً ومساءً في حالة تكرار النزيف روشتة لعلاج نزيف الأنف Epistaxis

Patient should avoid Sniffing or blowing his nose for several hours after anosebleed.

Tray the first Aid as demonstrated above for at least 5 minutes, usually it is sufficent to stop Epistaxis.



Hypercholesterolemia المتعلى الكوليستيرولي Chronic Cholecystitis

الأطعمة المنوعة :

١-المقليات

(البرجر - البطاطس - الباذنجان - الطعمية - . .]

٧- تجنب الدهوز واللحوم الدسمة.

٣- تجنب الشوكولا والمكسرات وصفار البيض واللبن كامل الدسم والجبن الدسم والقشدة والزمدة.

الأطعمة المسموحة:

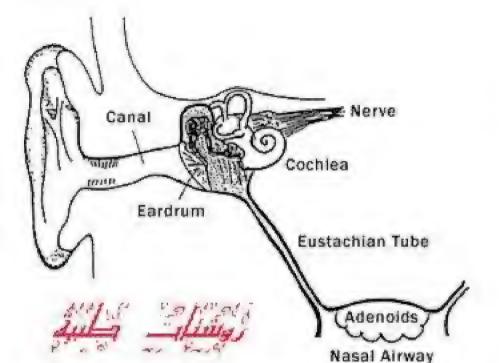
١-الأرز وزيت الزينون وزيت عباد الشمس وزيت الذرة . . والإكثار من الخضروات والفواكه.

٢-ساض البيض واللبر خالي الدسم والجبر القريش.

طريقة فعالة : تقسيم ليمونة إلى أربع أقسام ووضعها في برطمان ماء مغلم به كمون

وشربها عندما تبرد .

ط/ على السيد سلام



- * OM Symptoms are Earache + Fever + usually bad odour ear discharge.
- *There is acute offits media (AOM): in which there is discharge inside the ear & part of the ear is infected & Swollen ,, and There is offits media with effusion (OME), discharge remain after the infection is over

روشتة لعدوى الأذن الوسطى

otitis media

Antibitotic Capsules

Bacticlar Caps.

Sumple Summer Summe

Analgesic Ear drops

otosept مرات/يوم Saddi

also Cephalosporins are effective in OM every 8 hrs (cefardoxil) & Also Quinolones are effective every 12 hrs like (Ciprofloxacin)

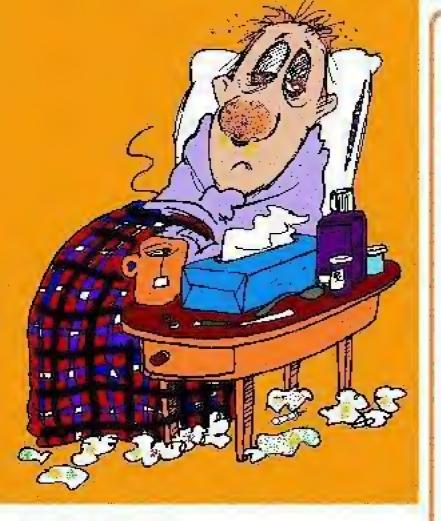
Dr / Abd-Ulrahman Hamid



من أسباب الزغطة الشهيرة قرحة المعدة Peptic ulcer أو Gastritis So You should ttt peptic ulcer

من المهم سؤال مريض الزغطة التي لا تتوقف عما إذا كان أخذ حقن كورتيزون طويلة المفعول Corticosteroids oral for long time or long acting inj may lead to Severe gastritis & in turn Hiccup so CS should be stopped gradually and Rantidine should be added to relief gastritis.

Dr/ Ali Sallam



runny nose

Fever (usually lasts 3 to 5 days)

body aches

Fatigue

Cough (may last 2 wks or more)

روشتة للبرد والأنفلونيزا common cold & influenza

R / Clarinase

> قرص 3 مرات حتى تتوقف الأعراض it is antihistamine

Vitacid Calcium كيس في نصف كوب مرة يوميأ فيتامين سي يقوي المناعة والكالسيوم يقلل الألم

Flumox 500 cap كبسولة كل 8 ساعات بعد الأكل يحمي من حدوث مضاعفات

Dr/Mido



R Daflon 500 mg tab قرصين صباحاً: ومساءً لشهر - شهرين

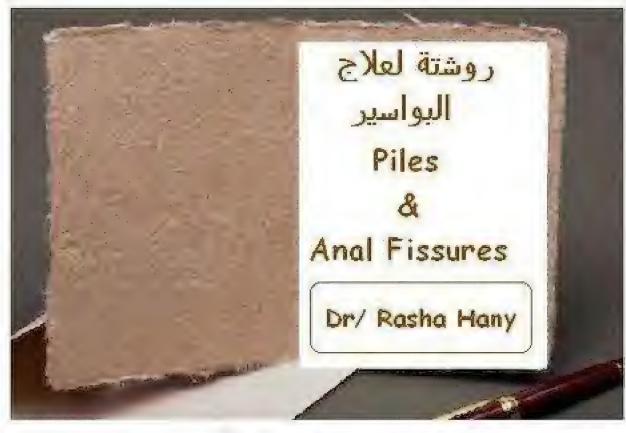
R/ Proctoglyvenol supp. لبوسة بعد التبرز مرة يوميأ

R/ Neohemorrhan cram كريم شرجي يوميأ بعد التبرز

+ Minalax for constipation one tab before bed time

If the 4th degree patient is in a good health, surgery is the best solution ...

Ptient should avoid constipation as it deteriorates the piles.

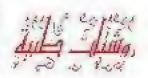


عراحل او درجات البواسير الذاخلية













Piles come out but can't be reduced

التبول اللإرادي عند الأطفال Pediatric Nocturnal Enuresis





Dr / Rasha Hany

Rx: Uripan Syrup Or Detronin

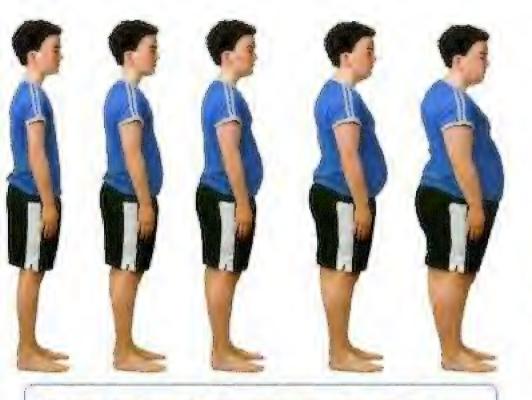
2.5-5 ml 2 times daily (at noon & night)

Contains Oxybutenin, inhibits urinary tract contraction (antispasmodic & antimuscarinic effect)

Psychological treatment

No punishment is a part of Therapy as High ratio of Enuresis is Psychological due to family troubles (Variation between brothers), but exclude pathological causes (UTI "prostatitis in male" & anatomical anomalies)

Avoid drinking water 1 hr before bed time Avoid diuretic drinking (tea & Coffe)



for the best result of weight loss the patient should reduce the fat content of the food, also reduce daily sugar and carbohydrate intake.

Daily walking & running for 1/2 to 1 hour is highly recommended.

Bran is natural and safe.

روشتة تساعد على التخسيس Slimming

R/

Seortim copsules

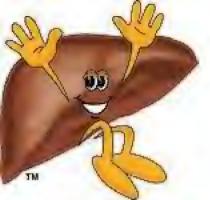
قرص واحد قبل الأكل بساعة مرة -مرتين يومياً

Bran tab

3 أقراص قبل الأكل بساعة مرتين - 7 مرات يومياً

Multivitamin cap

Dr / Rasha Hany



طعام مريض الغيبوية الكيدية والكلي

بدوز ملح

بدوز بروتين (لا للجبن والبيض والألبان واللحوم والفراخ والسمك)

الطعام يكوز عبارة عز بطاطس مهروسة أو جبنة قريش

في الفطار والعشاء

+ أي خضار غير مسبك وأرز بدوز للح في الغذاء

+ عسل نحل ومربى + خضروات وفاكهة مغذية مثل التفاح الأصفر

+ عصائر طبيعية بدوز_ مواد حافظة

ط/على السيد سلام

Ringworm



التينيا من الأمراض العبيدة لفك يجب استخدام أكثر من مضاد فطري في أن واحد كما في الروشتة للكون أكثر فاعلية في القضاء على للتنسا

Dr / Rasha Hany

روشنة لملاج التينيا الجلدية Tinea



Sulpher Soap	تدنيك شديد للمكان المصاب بالصابونية	Sulpher has good activity:
Dakartin cream	دهان بعد الصابونية مرتين يوميا	Miconezele
Candistan solution	يوضع مرتين يوميا لعدة أسيو عين	Clotrimzole
Nizoral Shampoo	يمينح به الخلد بشيئة لمدة عشر دقائق تُم يغسل الجلد ويحفف	Ketoconazole
ultragriseofulvin	قر على مرتبن يوميا نعدة شهرين	Like ultravulvin , antifungal antibiotic in infections caused by various species of epidermophyton , microsporum and trichophyton.





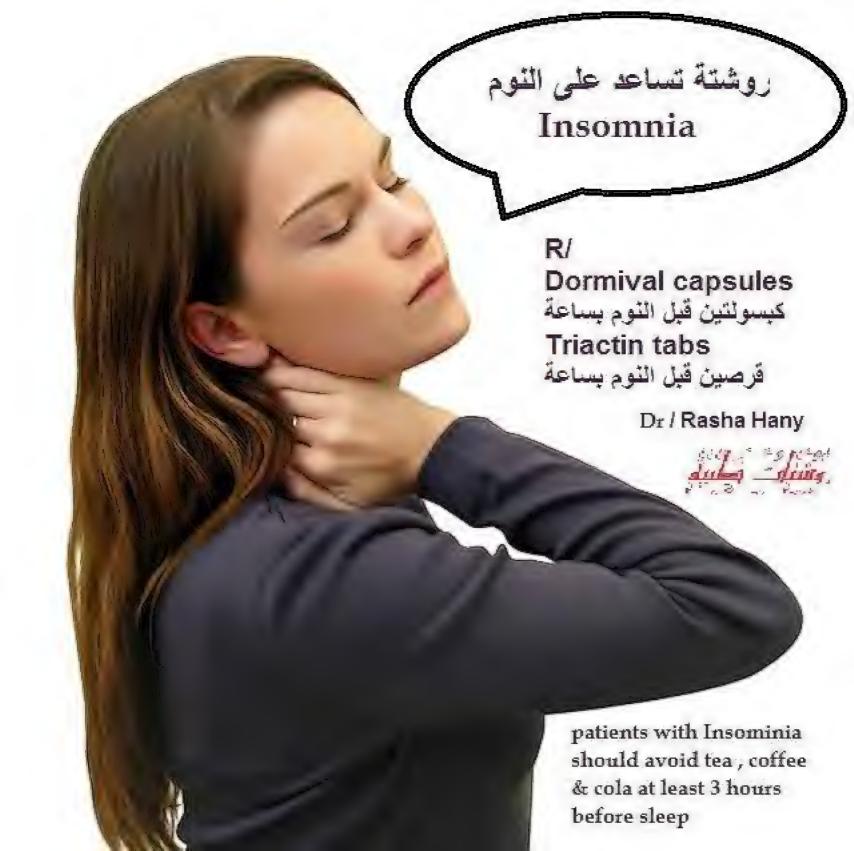
Dr / Rasha Hany

روشتة لقشرة الشعر Dandruff

R /
Nizapex Shampoo
يفرك الشامبو في الشعر بعد غسيله لمدة خمس
دقائق مرتين أسبوعياً

Rootage Cream یوضع یوم بعد یوم

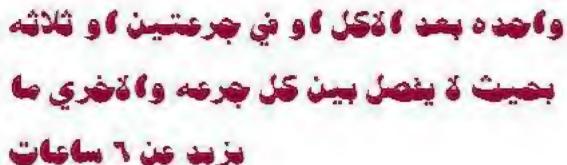
many researches say that the main cause of Dndruff is fungal, and No antidandruff product can eradicate dandruff till now But Nizapex contain Ketoconazole with good antifungal antidandruff properteis.



روشته لعلاج البلمارسيا

Destocide tab

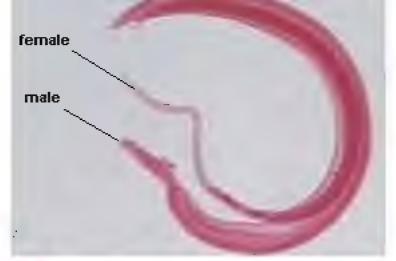
40مجم / كم من الجسم تؤخد كجرعة

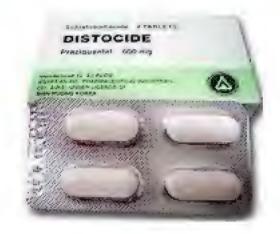


or

Mirazid tab

2 كبسوله يوميا لمدة ٦ ايام قبل الانطار (بساعه (علي معدة خاليه











Abdominal Colic & Distension in Babies المغص والانتفاخ عند الرضع

Rx :

Gripe water

ملي (نصف ملعقة صغيرة) ٣-٤ مرات يومياً

يزيل الانتقاخ والمغص

Dr I Rasha Hany

Rx:
Semithicone drops

النقط ١-٣ مرات يومياً

في حالة وجود غازات وانتفاخ

Rx : Spasmotal drops (Buscopan drops) ا نقط ۳ مرات يومياً حتى زوال الألم مضاد للتقلصات في الرضع



* symptoms of allergy
Flushing
Itching , Skin allergy
runny nose
bronchospam & cough

روشتة للكحة المعاحبة لبلغم الناتجة عن حساسية

Wet Allergic cough

R /
Mucophylline syrup

ملعتة 3 مرات يومياً بعد الأكل

Telfast 180 tab قرص يومياً بعد الأكل

Vendexine Syrup 10مل مرتين بعد الأكل لمدة 3 أيام

Dr / Mido



for TTT of anal fissure

روشته لعلاج الشق الفرجي

Avoid constipation

Minalax tab

or

Laxeol tab

or

Glycerine supp

مرتبن يوميا







Sediproct supp or cream

or

Proctosedyl supp or cream

or

Proctoglyvinol supp or cream







لبوس او کریم شرجی مرتبی یومیا

Several lifestyle changes may help relieve discomfort and promote healing of an anal fissure, as well as prevent recurrences:

Add fiber to your diet ,Drink adequate fluids ,Exercise regularly ,Avoid straining during bowel movements

Surgery

If you have a chronic anal fissure that is resistant to other treatments, or if your symptoms are severe, your doctor may recommend surgery. Surgery usually involves cutting a small portion of the anal sphincter muscle to reduce spasm and pain and promote healing. Surgery has a small risk of causing incontinence

R/ Daflon 500 mg tab قرصين صباحاً ومساءً لشهر-شهرين

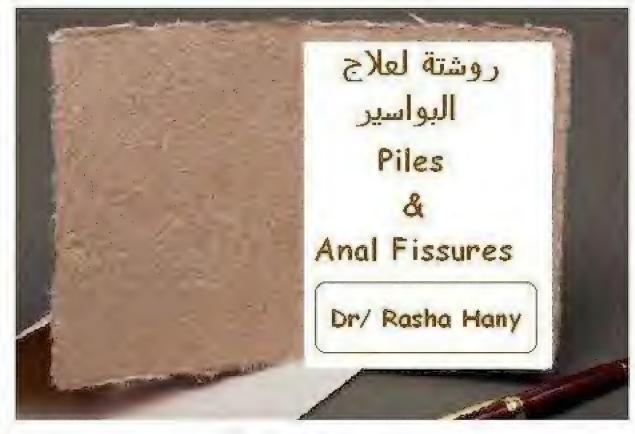
R/ Proctoglyvenol supp. لبوسة بعد التبرز مرة يوميأ

R/ Neohemorrhan cram كريم شرجي يوميأ بعد التبرز

+ Minalax for constipation one tab before bed time

If the 4th degree patient is in a good health, surgery is the best solution ...

Ptient should avoid constipation as it deteriorates the piles.



عراحل او درجات البواسير الذاخلية







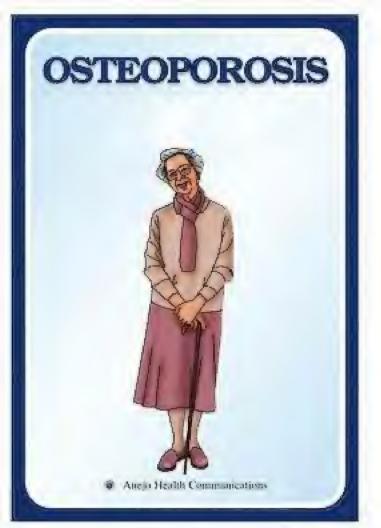




المرحلة او الدرجة الاولى



Piles come out but can't be reduced



نصائح لمريض هشاشة العظام

شارب اللبوس

+ أكل الجبن والبروتين النباتي

مثل البقوليات.

+ الابتعاد عن البروتين الحيواني حيث أنه يخرج الكالسيوم في اليول

أكل الموز والكئالوب مفيد

ممارسة رباضة المشي بانتظام

تجنب تناول الاملاح لأنها تخرج الكالسيوم في البول

الابتعاد عزب الندخين

ط/على السيد سلام



Hypercholesterolemia التقاع الكوليستيرولي Chronic Cholecystitis

الأطمعة المنوعة :

١-المقليات

(البرجر - البطاطس - الباذنجان - الطعمية - . .]

٢- تحتب الدهور واللحوم الدسمة.

٣- تجنب الشوكولا والمكسرات وصفار البيض واللبن كامل الدسم والجبن الدسم والقشدة والزمدة.

الأطمعة المسموحة:

١-الأرز وزيت الزيوز وزيت عباد الشمس وزيت الذرة . . والإكثار من الخضروات والفواكه.

٢-ساض البيض واللبر_ خالي الدسم والجبر القريش.

طريقة فعالة : تقسيم ليمونة إلى أربع أقسام ووضعها في برطمان ماء مغلم به كمون

وشريها عندما تبرد .

ط/ على السيد سلام

روشته لعلاج الام العضلات for TTT of ms aches

myolgin tab or myorelax tab or myofen tab شرص ۲ مراهد بوميا





moov cream or reparil gel or flector gel

دمان موضعی ۲ مراتم بومیا







Elector Sei

Flector gel

Frevention

Warm up before exercising and cool down afterward.

Stretch before and after exercising.

Drink lots of fluids before, during, and after exercise.

If you work in the same position most of the day (like sitting at a computer), stretch at least every hour.



روشتة للحروق Burns

Betadine antiseptic Solution	التحقيق يمكن أن ينتخدم بدون تخفيف	Broad spectrum antiseptic
Dermazine cream	پوضع مرتین پومیا	Contain Sliver-sulphadizaine (antibacterial for variable dgrees of burn)
Sofratuli Gauz	شاش يوطع على المنطقة المحروقة مرة يومياً بعد الكريم	Contain sodium Fusidate
Ibidroxil 500 cap	كبسونه كل ٨ ساعات حكى الانتبام	Contain cephadroxil
Mebo cream	كريم رائع يجند الجنديوضع مرة يومياً	Contain Collagenase Enzyme promote healing

Dr / Rasha Hany



the above prescribtion suitable for 1st and 2nd degrees of burn, (where the skin is not removed completely)

5 steps must be done for severe cases of burn,

- I-deliver the patient to hospital
- 2-remove clothes Fix cannula (to give IV Ringer & Saline)
- 3-Antihistamine amp (Avil) + corticosteroid (epidron) + tetanus toxoid (do allergic test)
- 4-Analgesic injection (Voltarin) tanticoagulant
- 5-Eye drops or ointment (terramycin or apigent)

روشته لعلاج عدوى الاظافر الفطريه for TTT of Onychomycosis

trosyd nall solution 28% دهان مرتين يوميا على الاظافر المصابة لمذه ١ اشهر

Terbin tab.

تعدوی اظافر آلید :قرص مره واحده بومیا تعده ۴ اساییج لعدوی اظافر الشم :قرص مره واحده بومیا لمده ۱۴ اسبوع

Itranox caps

OT

قرصین مرتبن یومیا نمد اسیوع ثم ۳ اسابیع راحه ثم قرصین مرتبن نمده اسیوع ثم ۳ اسابیع راحه فی اصابه اظافر الید

وبزاد مره ثاثله بنفس السياق في حاله اظافر القدم

or Flucoral 150 mg caps

(not currently labeled by the FDA, but early efficacy data are promising.)

ثلاثة اقراص (٥٠١ مجد)مره واحده في الاسبوع لمده ٣ اشهر

Surgery. If your nail infection is severe or extremely painful, your doctor may suggest removing your nail. A new nail will usually grow in its place, though it will come in slowly and may take as long as a year to grow back completely. Sometimes surgery is used in combination with trosyd to treat the nail bed

Treating nail fungus with a laser or photodynamic therapy — intense light irradiates the nail after it's been treated with an acid — may also be successful. However, this new treatment may not be available everywhere.

to help prevent nell fungus and reduce recurrent infections, practice good hand and tool hygiene.

- 1. Keep your naise short, day and clean.
- 2. Trim nails straight across and file down thickened areas. Thoroughly dry your hands and feet, including between your ross, after bathing.
- 3. Wear appropriate socks. Synthetic socks that wick away moisture may keep your feet dryer than do collon as wool socks type can also wear synthetic socks underneath other socks). Change them often, especially if your feet sweat excessively.
 - Lake your shoes off occasionally during the day and after exercise.
 - 5. Alternate closed fee shoes with open fee shoes.
- 6 lbs an antifungal spray or powder. Spray or sprinkle your feet and the insides of your shoes.
- 7- Wear subber gloves. This protects your hands from overexposition to water.
- S. Don't from an pick at the skin around your nach. This may give grown access to your skin and nails.
- Don't go barclost in public places. Wear shoes around public pools, showers and tocker recess.
- 10. Give up eail polish and artificial nails. Although it may be tempting to hide nuil fungal infections under a coat of pretty pink polish, this can trap unwanted moisture and worsen the infection.
- 1) Wash your hands after touching an infected nail. Hail funges can spread from nail to nail.



TROSYD







روشته لعلاج التهاب الجيوب الانفيه الحاد for TTT of acute sinusitis

augmentin or curam or hibiotic 625 mg قرص ۲ مرات یومیا احده ۱۰ ایام

clarinase or claritine or histazine tab قرص يوميا

congestal or cometrex or nova c tab

قرص ۲ مر ات يوميا

otrovin or afrin nasal drops نقط في الانف مرتين يوميا

ولا تستخدم لاكثر من ٥ ايام

alka misr sachets

کیس علی نص کوب ماء ویستنشق

mucolytic if needed

- Acc 200mg eff

قرصی فوار علی نصی کوپ ماء ۳ مرات دومدا

Rinse out your nasal passages, called nasal lavage باستخدام سرنجة (بدون السن طبعةً) باستخدام ماء دافيء this can help clear sinus.

Drink plenty of fluids ويسهل خروجة mucous لل dilution لكي نعمل ويتجنب الشاي و القهوة حيث لها dehydrating effect

Steam your sinus cavities عن طريق استشاق بخار الماء الساخن أو having hot shower أيضا يسهل ال draining of mucous

Apply warm compresses to your face عمل كمادات دافئة على الوجه لتقليل الألم

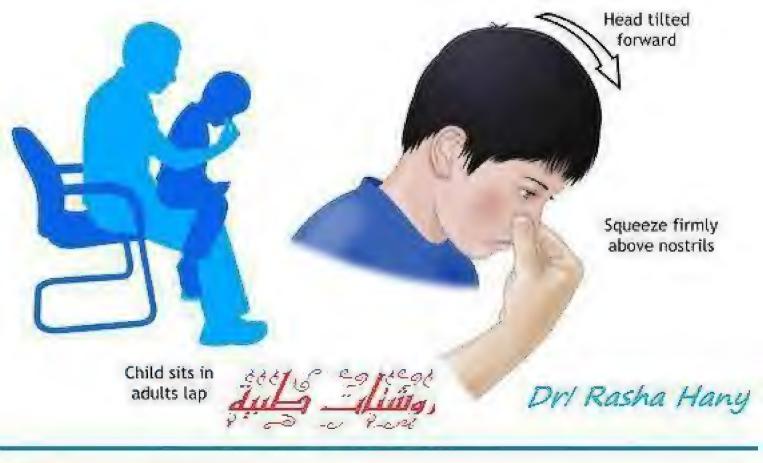






HEALTHY SINUS





R/

Epinephrine amps (Adrenaline) يفرغ أمبول على قطعة قطن ويوضع داخل الأنف التي تنزف لدلائق

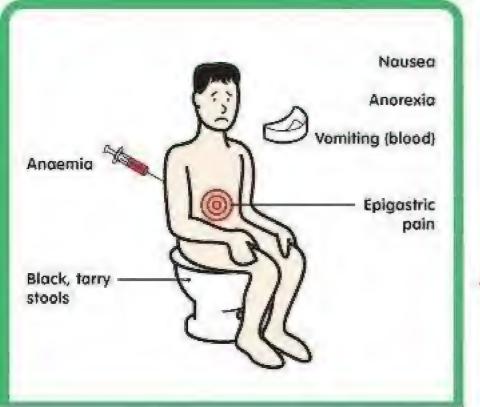
R/Otrivin nasal spray بخة ٣هرات يومياً لعدة يوم واحد

R/Dafrex 500 tab فرصين صباحاً ومساءً في حالة تكرار النزيف

روشتة لعلاج نزيف الأنف Epistaxis

Patient should avoid Sniffing or blowing his nose for several hours after anosebleed.

Tray the first Aid as demonstrated above for at least 5 minutes, usually it is sufficent to stop Epistaxis.



طعام مريض قرحة المعدة Peptic Ulcer

+ Gastritis + Hiatus Henia

اللبن - منتجات الألبان (الربادي) - بيض مسلوق - أسماك خضار مسلوق (بسلة - فاصوليا - جزر - قرنبيط) + أرز

كيفية تتاول الأكل ؟؟؟؟

١-تناول الوجيات الثلاثة بانتظام

 ٣-تثاول وجبات صغيرة بين الوجبات الرئيسة (جبلي - مهلبية (بادي - كبك - بسكوت)

٣- تجنب تناول الطعام ساخن أو بارد.

عدم الثوم بعد الأكل مباشرة وعدم الأكل بسرعة

د-تناول كميات جيدة من الماء

يقضل القاكهة الغير حمضية مثل: تقاح - تين - ثمر - فراولة - عنب - كمثرى

تجنب الفاكهة الحمضية مثل: البرتقال - الليمون -اليوسفي - جريب فروت - مشمش - برقوق - أثاثاس

تجنب الشاي والقهوة والمشروبات الغازية والحلويات الاسمة.

نجنب البهارات والمقليات (الطعمية-الباذنجان-البطاطس-.....) واللب والمكسرات والأملاح (جبن رومي -....) والليمون والدهون والخل والملوخية والسبانخ والبقونس

ممثوع منعأ باتأ الأسبرين وأدوية الروماتيزم والتدخين

عدم ارتداء ملابس ضيقة على منطقة البطن

ط/على السيد مالام



LEVEL

URIC ACID

تصانح لريض حصوات الكلي Renal Stones

- تجنب اللحوم والبروتينات.

- بجنب الأطعمة الني تحتوي على أوكزالات مثل السيانخ والطماطم والشوكولا والغول السوداني والمكسرات والبقوليات الحضراء والفراولة والتفاح و الشاي والقهوة والكولا.

- تجنب اللبن والبيض والأطعمة المحتوية على كالسيوم.

- تناول أطعمة قليلة الملح .

- الأكثار من شوب الماء

ط/على السيد ملام

روشته لعلاج خشونه المفاصل لكبار السن for TTT OF osteoarthritis

PHASCLEDINE 300

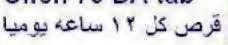
Dorofen tab

قرص كل ٨ ساعات بعد الاكل لمده ٦ شهور

Piascaldine tab

قرص وسط الغداء يوميا لمدد ٦ شهور

Olfen 75 DA tab



Milga tab قرص يوميا

Zantac 150mg tab قرض قبل الاکل بربع ساعه کل ۱۴ ساعه

OF

Omez 20mg tab قرص قبل الاكل بساعة كل ١٢ ساعة

if ptn suffer from Gastritis

lifestyle changes may delay or limit osteoarthritis symptoms.

- 1- Weight loss
- 2- Exercise: Regular exercise may help to strengthen the muscles and potentially stimulate cartilage growth. Avoid high-impact sports. The following types of exercise are recommended; range of motion. strengthening, and aerobic.
- 3- Oiet: Antioxidant vitamins C and E may provide some protection. Vitamin 0 and calcium are recommended for strong bones.
- 4- Heat: Hot soaks and warm wax (paraffin) application may relieve pain.
- 5- Arthritis self-help course: The Arthritis Foundation offers an educational program on the causes and treatment of arthritis. Exercise, nutrition, relaxation, and pain management programs are covered as we as ways to communicate with your doctor. For some, completion of the program reduced pain by 20% and doctor visits by 40%.

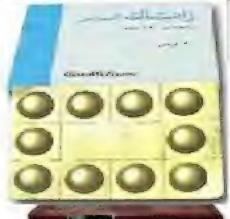
















أيفيبرونت

شراب فعال لعلاج الكحة و مذيب قوى للبلغم، مناسب لجميع الاعمار بداية من عمر يوم واحد آمن مع مرضى الضغط و السكر والقلب والكبد والكلى وغير مسجل كمكمل غذائى السعر ٩٠٥٠ ج ١٢٠ مل

أوميهنث

كبسولات سريعة المفعول تستعمل لعلاج حموضة المعدة و الاثنى عشر، يتميز عن الادوية المعتادة باضافة صوديوم بيكربونات الى الاوميبرازول، مما اضاف له مميزات اخرى لم تتواجد في الادوية المعتادة لعلاج الحموضة مثل سرعة

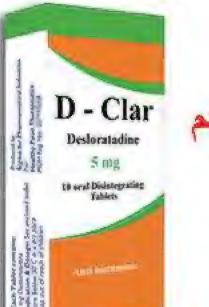
الإمتصاص والتحكم في زيادة افراز الحمض اثناء النوم

السعر ١٥ ج

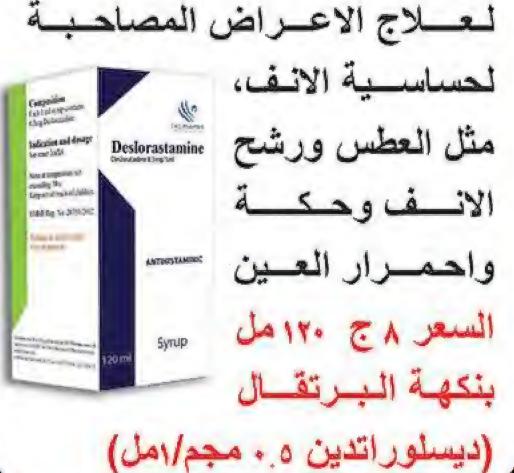
سبازاواي

دی۔کلار

اقراص سريعة التفتت تمتص من على اللسان مباشرة تتميز بسرعة المفعول، لا يسبب النعاس الجرعة مرة واحدة يومياً



السعر ۱۰ ج دیسلوراتادین ۵ مجم



ديسلوراستامين

شراب مضاد للحساسية لا يسبب

النعاس، يستعمل مرة واحدة يوميا

للتحكم في حساسية الجلد (حكة

الجلد - الارتيكاريا)، كما يستعمل

روكسوجيسيك

مسكن قوى سريع المفعول و خافض للحرارة، ذو تاثير لطيف على المعدة، يبدأ تأثيره المسكن فى خلال ١٥ دقيقة يمكن تناوله قبل او بعد الاكل، يستعمل ٣ مرات يوميا

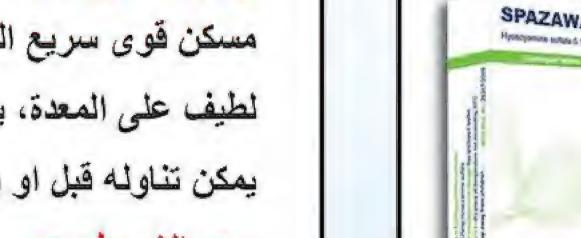
سعر الشريط ۸ ج لوكسوبروفين صوديوم ٦٠ مجم

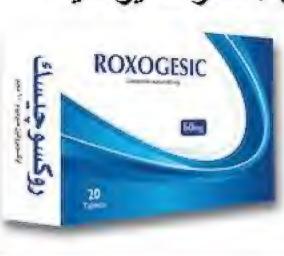


اقراص سريعة المفعول لعلاج آلام المغص تمتص من تحت اللسان مباشرة كما يمكن ابتلاعها، يستعمل كدواء مساعد في تخفيف آلام المغص الكلوى و المغص المرارى و آلام الدورة الشهرية والقولون العصبى المزمن

Omehealth

سعر الشريط ٣.٥ ج هيوسيامين ١٢٥ ه مجم









Tonsilitis or Throat infections

التهاب اللوز والحنجرة

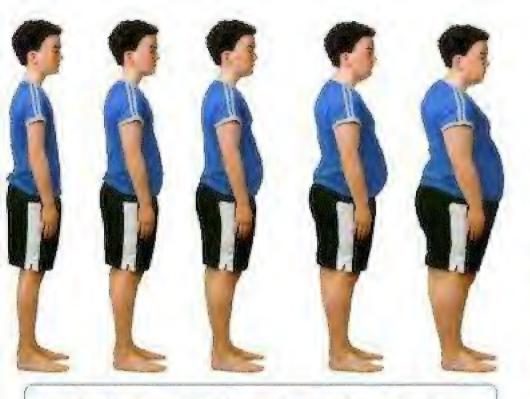
Rx: Flumox 250 susp.

مضاد حيوي منى (نصف منعقة صغيرة) كل ٨ ساعات لمدة أسبوع

Rx:
Brufen Susp.
خافض للحرارة
ملى كل ٨ ساعات

Tonsilitis
usually accompanied
with high fever,
difficulty in swallowing &
enlarged pharynx ...
may be masked
(without fever)

Dr I Rasha Hany



for the best result of weight loss the patient should reduce the fat content of the food, also reduce daily sugar and carbohydrate intake.

Daily walking & running for 1/2 to 1 hour is highly recommended.

Bran is natural and safe.

روشتة تساعد على التخسيس Slimming

erly tab orly tab قرص مرتین ل۳ مرات یومیا

Bran tab

3 أقراص قبل الأكل بساعة مرتين - 7 مرات يومياً

Multivitamin cap

Dr / Rasha Hany





Chronic Bronchitis Smoker's lung

If you smoke: QUIT!
It is never too late

You cough alot + Thick sputum difficult to cough up

روشتة للنزلة الشعبية الهزمنة Chronic Bronchtis

K/ * flumox 500 mg كبسولة 3 مرات لمدة خمس أيام مضاد حيوي

* Aironyl Syrup ملعقة كبيرة 3مرات يومياًحتى الشفاء bronchodilator

Bronchophan syrup ملعقة كبيرة 3 مرات

acts as cough suppressant , decongestant , antihistaminic & mucolytic

Dr / Mido



روشتة لعلاج حب الشياب Acne

R I Sacnel Soap

يستعمل ويحك برفق على الوجه لمدة خمس دقائق ثم يشطف بالماء

Erytin gel (Antibacterial + tretinoin "vit A")

يدهن مساءً ثمدة شهر

Vibramycin capsules (doxycilline)

كيسونة يوميا تعدة ١٠ أيام

** The patient should not be exposed to sun after application of any acne preparation to avoid any skin inflammation.

روشته لعلاج الهربس

FOR TTT OF Herpes simplex_{HSV17}

R/ ACYCLOVIR CREAM OR

ACYCLOSTAD CREAM OR

UN

ZOVIREX CREAM

ذهان كِلْ ٦ ساعات على المكان المُصاب



if sever or immunocompromised patients zovirex 400 tab

Zovirex 400 tab قرص ۲ مراث پومپا

if secondry infected hiconcil tab 500 mg

قرص ٣مرات يوميا

garamycin cream دهان مرتین یومیا

N.B COTICOSTERIOD is contraindicated Genital Herpes: Treatment of Initial Genital Herpes: 200 mg every 4 hours. 5 times daily for 10 days.

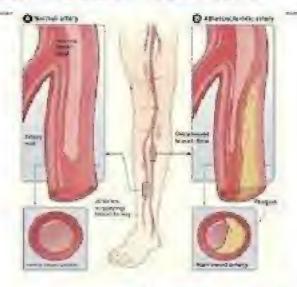


روشته لعلاج الامران الوعانية الطرفية for TTT of periphral vascular disease

Trental 400mg SR tab قرص ٣ مرات يوميا بعد الاكل

Pletaal tab قرص مرتين يوميا قبل الاكل بساعه

Aspocid ped chewable tab قرص للمضغ مره واحده بعد الاكل



if ptn suffer from hyperlipidemia Ator 10mg

فرص مرد واحدد يوميا

Smoking cessation eliminates a major risk factor for disease progression and lowers the incidences of rest pain and need for amputations. Smoking cessation is also important for the prevention of heart attacks and strokes.

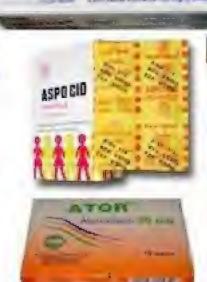
A healthy diet can help lower blood cholesterol and other lipid levels and may help control blood pressure.

Keep other risk factors, such as diabetes, lipid levels, and blood pressure under control by following medical advice regarding medications and lifestyle change

Supervised exercise

Proper exercise can condition the muscles to use oxygen effectively and can speed the development of collateral circulation.

N.B no improvement before 2 weeks



Trental amsa





روشتة لعلاج الجرب Scabies

Sulpher Soap	صابونة يغسل بها الجسد كلة بالماء الدافئ	Sulpher has good activity against scabies:
Eurax lotion	دهان للجسم ماعدا الرأس والوجه مرد يوميا ل ٣ أيام	Contain Crotamiton eradicate scabies after 3 days of treatment

بالرغم من سهولة علاج مرض الجرب إلا أن العدوى به سهلة تذلك يجب عدم لبس ملابس المصاب أو لمسة أو النوم بجوار دحتى تنتهى مدة العلاج ،، ويجب تغيير الملابس ومفرش السرير وغليهم كل مرة بعد الدهان لمنع استمرار العدوى أو رجوعها.



Dr / Rasha Hany

روشته علاج الكدمات والجروح الناتجه عن الحوادث for TTT of bruises & wounds

Analgesic for pain, inflammation

- + excess protein removers
- antibiotic to avoid infection

وبالتالي الروشتة تحتوى على هذه الادوية على سبيل المثال • cataflam 50 mg tab

catanam 50 mg tab قرص مرتبن بعد الاكل alphintern or ambeziem tab قرصن قبل الاكل بنص ساعه ٢مرات يوميا curam 625 mg tab



Curam® 625 mg

. SANDOZ









قرص ٣ مرات يوميا

- hemoclar or reparil gel or alpha kadol cream دهان للکدمات ۲مرات یومیا







روشقة لعلاج الإمساك عند البالغين Constipation

R/

** Minalax tab

(1-2 tabs Before bed time)

** Nu-Spasm tab (Buscopan)

(1-2 tabs if there is a colic)

تمنع التقلصات المصاحبة

Most laxatives are contraindicated during pregnancy & Lactation.

Patient Education:

*Drink 8 glasses of Water each day.

* High Fiber Food (Whole grain breeds, Cereals and rice)

(Fresh fruits except for banana)

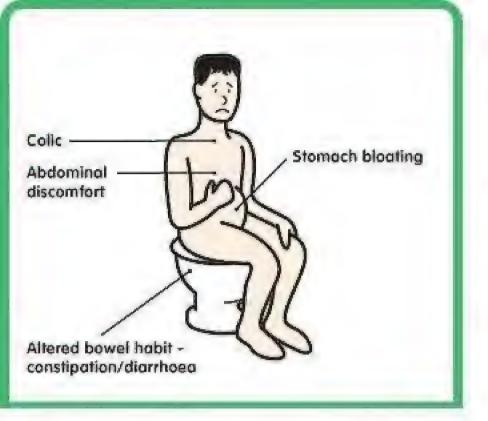
(Vegetables except for potatoes)

(Dried Fruits: Prunes, apricots & Figs)

(Legumes : Chick peas , backed beans , lima beans & Soya beans)

* try to limit stress on your life

Dr/ Ali Sallam



نصائح لمريض القولون العصبي والانتفاخ

الاستفاع عن الأطعمة السببة للانتفاخ مثل القليات في الريوت (الطعمية - البالنجان - السمك -البطاطين)

اللحوم السمينة (البط - الحمام -الضأن-الكبد-...) البصل والخضار السبك و القشدة والكريمة بعض القواكة (النانجو-الجوافة-القين-الشمش-

البطيخ)

الحوادق : الفسيخ -الرنجة-الطرشي-الزيتون-الجبن شديد اللوحة-الأسماك المحفوظة

الحوارق : القلقل - الشطة

عدم الأكل بسرعة وعدم شرب الله أثناء الأكل

عدم شرب البيبسي والقهوة والشاي والعلبات

توزيع الطعام على عدة وجبات صغيرة خلال اليوم بدلاً من ٣ وجبات

شرب لقر ونصف إلى لقرين ماء

تجنب الضغط النفسي والتوتر

ط/ على العسيد ساوم

روشته لعلاج مشاشه العظام for TTT of osteoporosis



fosamax 10 mg tab

قرص مرة يوميا قبل الاكل بساعتين على معدة فارغه مع عدر اخذ ای ادویه خلال نص حاعه من اخذ الدواء وتجنب النوم او الاستلقاء خلال هذه الغترة

One Alpha:5 mcg قرص يوميا بعد الاكل

Oscal tab قرص يوميا بعد الاكل

N.B miaciacie amp (calcitonin)

better avoided >>>>>

long term use lead to bone cancer

hormon replacement theraby >>>> long term use lead to breast cancer thus the long term risks are greater than benefits.

decaduraboline >>>now not recommended

Prevention at home to avoid falls and hip fracture among elderly:

Lighting should not be too dim or too direct, and light switches thould be accessible.

Carpets and rugs should be tacked down.

Bathrooms should have a chair for bathing or skid-resistant mats.

grab bars should be placed where needed and the to let seat needs to be tall enough for easy transferring.

Lifestyle changes:

Chairs need to be stable (without wheels) and have arm rests. Kitchen items that are frequently used should be at waist level or on

low shelves, a rubber mat should be placed in front of the sink and non-slip was should be used on the floor.

Stairways need handraits and steps should not be slippery.

Smoking costston. Decrease or eliminate alcohol consumption.

Exaction

Physiotherapy: gentle mobilization and massage therapy to relieve musculoskeletal issues. Extension mobilitation of the thoracic spine may offer benefit.





Good sources of vitamin D

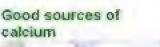


matural sussigist full field male



OUTS THE DESIGNATION OF THE PERSON OF THE PE







Tidd Enmisser of the earth



Sar passings a





(Coop rendering cream Cor cream)



روشته لعلاج زیاده املاح الیوریا For ttt of hyperuricemia

R/
Urosolvine eff. packets (contains colchicine)
باکو قبی نصف کوب ماء ۳ مرات یومیا

No-Uric 100 mg tablets قرص ۳مرات يوميا بعد الأكل

يجب تجنب اللحوم والتهوة والشاي والكولا والبتوليات

في الحالات الشديدة يُعطى مسكن ومضاد للالتهاب مثل ديكلوفيناك الصوديوم ٥٠ مجم ٣ مرات يوميا بعد الأكل





dr.R.H

لعلج حماسية العين for ttt of eye allergy

prisoline E.D

or

Visine E.D

or

Occumethyl E.D

المالة يوميا

Isoptofrin E.D

المالة يوميا

Do not use more often or continuously for longer than 5days

Do not use if you have glaucoma

Do not use after eye surgery

Do not use during pregnancy



To apply the eyedrops: Tilt the head back slightly and pull down on the lower eyelid. Position the dropper above the eye. Look up and away from the dropper. Squeeze out a drop and close the eye. Apply gentle pressure to the inside corner of the eye (near the nose) for about 1 minute to prevent the liquid from draining down the tear duct. Repeat the process in the other eye if needed

Vaginal fungal infection:

Flucoral 150mg كبسولة اسبوعيا لمدة اسبوعين

Betadine vaginal douch کیس علی لتر ماء مرتین

هُ Gynotrosyd vaginal supp عرات يوميا 3











Rx /
Ditropan (1::3) قرص کل ۸ ساحات

, , , ,

Rx / Minrin tab

Dal Ali Sallam

بنصح بعدم ايقاف الدراء دون استشارة الطبيب

For ttt of Tania Saginate, T. Solium, Diphyllobothrium latum and Hymenolepiasis nana.

الدودة الشريطية

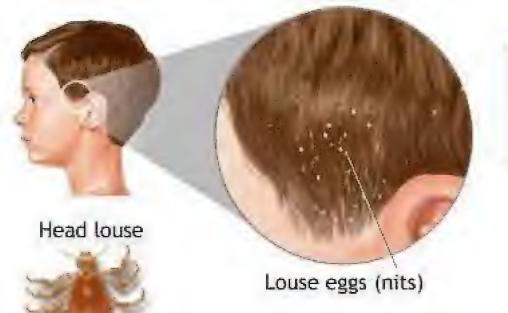
Yomesan

أقراص للمضغ تمضغ جيدا ثم تبلع بالماء في اليوم الأول أربع أقراص مرة واحدة ثم قرصين يوميا لمدة أسبوع ثم قرصين يوميا لمدة أسبوع

كيس علي نصف كوب ماء ٣ مرات يوميا لمنع الامساك والتخلص من الديدان الميته







روشتة لعلاج قمل الرأس Lice



Licid Lotion

يخاخ نثراس يترك نُمدة ساعة ويفسل tetramethrin بماء وشامبو نَمْ يَجِبُ تَسْرِيدُ ۚ بِعَدُ ذُلُكُ بالمشط لإزالة القمل ويجب إرجاع الرأس دخوله في العين

Contain premethrin or

Dr / Rasha Hany





روشتة لرائحة الفم الكريهة

Bad odour due to mouth soft tissue infection

R/

Betadine mouth Wash

(gargle for 3 minutes/8 hrs)

Vibramycin cap.

(one cap. daily for 5-10 days)

Amirzole 250 mg tab.

(one tab. 3 times daily after food)

Dr/Abd-Ulrahman Hamid

FOR TTT OF OXALATE STONES

روشته لعلاج زياده املاح الاوكسالات

Epimag eff or

citrocid mag eff

کیس علی نص کوب ماء ۳مرات یومیا

تجنب تناول الاطعمه المحتويه على الاوكسالات كالماتجو والطماطم والجوافه وغيرها

مع المحافظة على شرب كميات اكبر من الماء يوميا B6 الاكثار من تثاول الاطعمة الخيه يفيتامين

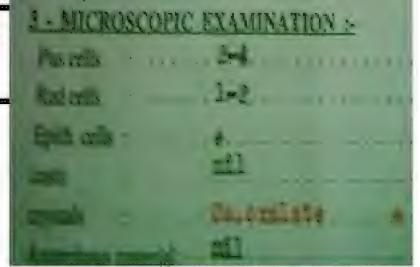
: مصادره الطبيعية

الفواكه على اختلاف اثراعها - جنين الحبوب وخاصة القمح والذره -

قشرة الأرز - الفول - الفاصوليا - السبانخ - قصب السكر -

: مصادره الحيوانية

. الكيد - الكثى - اللحوم - اللبن - مح (صفار) البيش











Otitis media in children روشتة لعدوى الأذن الوسطى في الأطفال

Rx: Duricef 250

عني (نصف معنقة) كل ٨ ساعات لمدة ٧ أيام
 مشاد حيوي واسع الانتشار

Rx: Apigent ear drops قطرة قطرتين ٢ مرات يوميا تعدة ٧ أيام

إذا كانك العدوى مصاحبة بالتهاب مضاد حيوى

Rx : Earcure ear drops or Otocalm قُطر دَّفُطرتين ٣ مرات يومياً نُمددٌ ١٠ أيلم

Rx: Voltaren 12.5 & 25 supp.

لبوسن كل ١٠ ساحة
بحثوي على ديكلوفيتاك وهو سمكن قوي

Dr I Rasha Hany







Peptic ulcer and Helicobacter pylori



روشتة لقرحة المعدة نتيجة بكتيريا هليوباكتر بيلوري

R/ Ompepack cap کیسولة قبل العشاء ہومنا

for 2-4 weeks

Klacid 500 mg قرص كل 12 ساعة بعد الأكل for 2 weeks

Flagyl 500 mg قرص كل 12 ساعة بعد الأكل for 2 weeks

* the above prescription
named (triple therapy)
made especially for H.Pylori
infection & formed of 1 PPIs
& 2 broad spectrum Abx
(clarithromycin)..

* H.Pylori blood test should be
performed first

Common cold & Influenza in Children نزلات البرد والإنفلونزا عند الأطفال



Rx:
E-Mox 250 mg
مضاد حيوي
ملى تصف معلقة صغيرة كل٨ ساعات لمدة خمس أيام

Rx :

Balkis Syrup

مزيل لاحثقان الأنف (يوقف انسداد الأنف) والرشح
منيل لاحثقان الأنف منفيرة صياحاً ومساءً

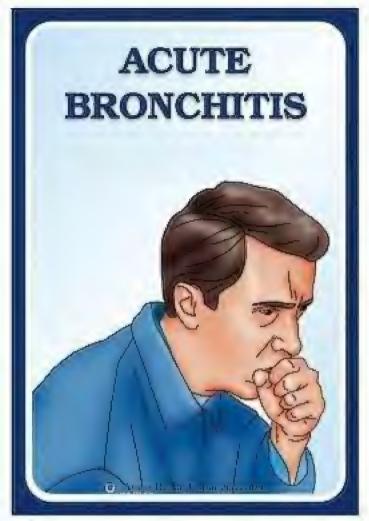


Rx:
Abimol Syrup (like pyral)
ملعقة صغيرة ٣ مراث يومياً يخفض الحرارة

Rx: Coughseed children supp ليوس شرجى ٣ مرات إذا كانت نزلة اليرد مصاحبة بكحة Dr I Rasha Hany







Sudden cough longed for few davs + mucus + Fever + SOB نتيجة للسجائر أو عدون بكتيرية أو فيروسية يجب على المريض التوقف فوراً عن التدخين والإماكن الملثة والإماكن الملثة ويجب شرب كنيات كبيرة من الماء

روشتة لعلاج النزلة الشعبية الحادة

R/ Hibiotic 625 mg

قرص كل 8 ساعات لمدة 5-10 ايام

lt is amoxicillin (others like augmentin) مضاد حيوي

Mucophyline Syrup

منعقة كبيرة 3 مرات يوميا بعد الأكل

it is bronchodilator and mucolytic

مذيب للبلغم

Abimol tab.

قرص إلى قرصين 3 مرات يوميا بعد الأكل contains paracetamol acts as antipyretic خافض للمرارد

Dr / Mido





Atopic Eczema الاكزيما الجليدية

R / Corticosteroid cream
(should be applied for less than 1 week to avoid side effects)

مرتين يوميأ

قرص كل ٢٤ ساعة بعد الأكل (non sedating antihistaminic relief allergic reaction) قرص كل ٢٤ ساعة بعد الأكل

Kenacort vial (long acting corticosteroid used only for resistant cases)

مرة واحدة في العضل

Dr I Rasha Hany

^{**} Combination of tar & corticosteroid used in resistant cases of Eczema & Psoriasis.

[&]quot;Bentosal oint, Diprosalic oint used in eczema with hyperkeratinized skin

[&]quot;the cause should be avoided, eg: irritant clothing, chemicals and soaps.

Irritable bowel syndrome:

Brane tab

قرصين ٣ مرات يوميا قبل الأكل

بنوف ساعة

Librax

رقرص ٣ مرات يومياً (علبة واحدة

Colona

قرص ٣ مرات قبل الأكل بنحف ساعة

Spasmoamrase

قرص ٣ مرات بعد الأكل









نصانع لعلاج النزلة العوية Gastroenteritis



تعويض السوائل المفقودة بكثرة لتجنب الجفاف

لعِن - مكرونة - خضار مسلوق - مع غسل الطعام جيداً وتسخينه جيداً

إدخال الأغذية الطبيعية بالتدرج -

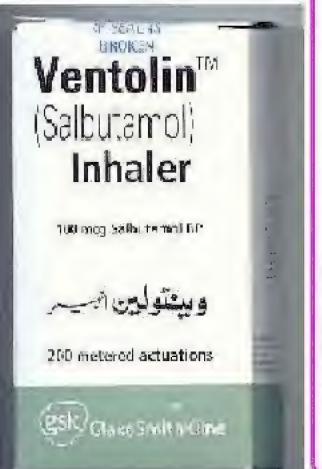
في اليوم الثانمي أكل البسكويت المالح والرز المسلوق

في اليوم الثالث نضيف اللحوم المسلوقة والبيض المسلوق

تجنب السكريات والأطعمة الحارة والمياه العارية

ط/على السيد ملام





روشتة للكحة الجافة الناتجة عن الحساسية Dry Allergic cough

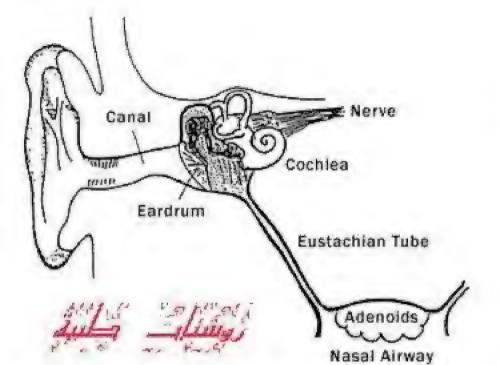
R/ Congestal Syrup ملعقة 3 مرات يومياً بعد الأكل

Ventolin 2 mg tab. قرص 3 مرات يومياً بعد الأكل

Vendexine Syrup 20 مل مرتين بعد الأكل لمدة 3 أيام

Vendexine Syrup contains antihistamine chlorpheneramine & Dexamehasone which has magic antiallergic & cough relief effect ... but due to its side effects, it is added when other measures are not effetive & the patient case allows Corticosteroid Therapy.

Dr / Mido



- * OM Symptoms are Earache + Fever + usually bad odour ear discharge.
- *There is acute offits media (AOM): in which there is discharge inside the ear & part of the ear is infected & Swollen ,, and There is offits media with effusion (OME), discharge remain after the infection is over

روشتة لعدوى الأذن الوسطى

otitis media

Antibitotic Capsules Bacticler Caps. كسولة كل 8 ساعات / 7-10 أيام Analgesic Ear drops 12 قطرة 3مرات/يوم otosept also Cephalosporins are effective

also Cephalosporins are effective in OM every 8 hrs (cefardoxil) & Also Quinolones are effective every 12 hrs like (Ciprofloxacin)

Dr / Abd-Ulrahman Hamid





روشتة لتنشيط الدورة الدموية مثل ضعف الذاكرة وقلة التركيز وبرودة الأطراف والدوخة

R/ Stugeron tab قرص مرتين يومياً بعد الأكل

it contains cinnarizine, it inhibuts transport of calcium ions, also has the same actions of antihistamines thus inhibits VC.

R / Triviastal tab قرص بعد الأكل ٣ مرات يومياً

Dr / Rasha Hany



التبول اللإرادي عند الأطفال Pediatric Nocturnal Enuresis





Dr I Rasha Hany

Rx: Uripan Syrup Or Detronin

2.5-5 ml 2 times daily (at noon & night)

Contains Oxybutenin, inhibits urinary tract contraction (antispasmodic & antimuscarinic effect)

Psychological treatment

No punishment is a part of Therapy as High ratio of Enuresis is Psychological due to family troubles (Variation between brothers), but exclude pathological causes (UTI "prostatitis in male" & anatomical anomalies)

Avoid drinking water 1 hr before bed time Avoid diuretic drinking (tea & Coffe)

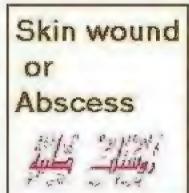


روشنة لإزالة رائحة القدم - القدم الرياضي Fungal infection between toes -Athletic Foot



Cansten Solution	يوضع مرتين يوميا بعد التنظيف بين الأصابع بماء دافئ وصابون	It has a broad spectrum antifungal activity.
Miconaz Powder	يوضع مرتين يوميا بعد المحلول	Contain Miconazole ,a broad spectrum antifungal.

Dr / Rasha Hany







R / lodosept antiseptic soln.

(to clean the Abscess or the wound)

Fucidin

(applied 2-3 times daily)
(its cream form for Face & wet places)
(its cintment form for dry skin)

Verlosef 500 caps.

(1 cap / 8 hr after meals)





Dr / Rasha Hany

روشتة لقشرة الشعر Dandruff

R /
Nizapex Shampoo

يفرك الشامبو في الشعر بعد غسيله لمدة خمس
دقائق مرتين أسبوعياً

Rootage Cream یوضع یوم بعد یوم

many researches say that the main cause of Dndruff is fungal, and No antidandruff product can eradicate dandruff till now But Nizapex contain Ketoconazole with good antifungal antidandruff properteis.



روشتة لعلم ضغط الدم المنخفض Hypotension

R / Effortil drops

1 Odrops directly in the mouth or half glass of water 2-3 times daily



Dr / Rasha Hany

Advise patient to take salty food (old cheese)

one amps. of Dexamethasone may be given as supportive therapy in severe Hypotension نعلاج الهالات السوداء حول العينين for tit of Dark circles around the eyes

Shade out cream Or Pearlight cream



دهان للمنطقه الغامقه يوميا قبل الثوم

حَدْ قسطك الكافي من النوم.

قد نكون الحساسية هي مسبب ظهور الهالات السوداء.. عالج الحساسيات التي تعاني منها. النزم بحمية غذانية متوازنة غنية بالمعادن والقيتامينات مع مراعاة شرب كمية كافية من الماء . يُقليل الملح في الطعام

قلل من التوتر والقلق في حياتك



REFORE

هنانك العديد من العلاجات المنزلية المفيدة في علاج الهالات السوداء حول العينين، وهنا اخترا لكم مجموعة من أشهر العلاجات المشكلة الهالات السوداء وهي كالأتي

أغْلق عينيك وضع عليها أكياس الشاي المثلجة أو مكعبات الثلج الملفوفة بقطعة قماش أو ملعقة مبردة في الثلاجة واتركها ل٠١-١٥ دقيقة.. مادة التانين الموجودة بالشاي تقلل التورم أسفل العينين كما توحد اللون، ولأفضل النتانج قم بعمل ذلك مرة وإحدة يومياً

مع أن هذه الوصفة مشهورة وتكاد تكون من أقدم الوصفات إلا أنها فعالمة جدا وذات مفعول سريع في تخفيف السواد حول العينين هذه الوصفة تتضمن وضع شرائح الخيار على العينين لمدة ١٠-١٥ دقيقة.

استخدم مزيج عصيري الليمون مع الطماطم بمسح منطقة أسفل العينين بها او بوضع قطنة مبللة بها واتركها ل٣٠ دقيقة ثم اغسلها . بالماء الدافيء

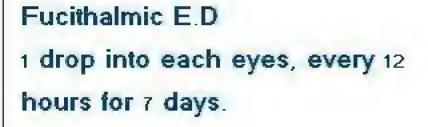
ادهن منطقة الهالات السوداء بمزيج من زيت اللوز وزيت جوز الهند واتركهما ل ٢٠ دقيقة ثم امسح المنطقة بقطنة نظيفة. الاستمرار على هذه الوصفة ل ١٠ ايام فقط كفيل بإزالة الهالات السوداء

قم بنقع بضع حبات من اللوز في الحليب لليلة كاملة ثم اطحن حبات اللوز وضعها على الهالات السوداء مرة واحدة يومياً وستلاحظ النتيجة بنفسك خلال ٧ أيام فقط! هذه الوصيفة أيضاً تقيد في إزائة التجاعيد أسفل العينين .

اذًا لم يفلح كل ما سبق خلال اسبوعين يفضل عمل صوره دم كامله لاستثناء الانيميا N.B

روشته علاج الكالزيون او البرده for TTT of chalazion

العلاج الأولي لمرض البردة هو استخدام كمادات ماء معتم دافئ لمدة ١٠ إلى ٢٠ دقيقة ٤ مرات يوميأ على الأقل



Surgery

and home remedies.

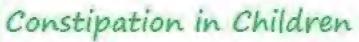
If the chalazion does not go away within about one month, you should return to your doctor to discuss your options. When a chalazion does not heal after treatment, it may need to be surgically removed. This is especially true if it keeps growing, blocks your vision, or leads to an astigmatism (an abnormal curving of the cornea). Surgery is usually a last resort and it is rarely required because most chalazia clear up with a combination of medication











الإمساك عند الأطفال

Rx: Normalx drops فظرات قبل النوم DR / Rasha Hany



IF there is colic & Spasm

Rx:

Viseralgine Syrup د مني (نصف منعقة صغيرة) للمغص

روشته لتهليل حجو الندرات مكان الجروح الهديمه FOR TTT OS SCARS

Contractubex gel 18 L.E

دهان مرتين إلى ثلاث مرات نعدة لا تقل عن ثلاثة أشهر مع الضغط برفق على الثديي

ابدا بندليك الندبة بالجل من المنتصف ثم قم بتوزيعه ببطء للخارج. استمر في التدليك بجل كونتراكتيوبكس بحركة دائرية صغيرة حتى بتم امتصاصه تمامًا

قد بجدي العلاج أيضًا مع الندبات القديمة. ولكن ينبغي تدليك جل كونتراكنيوبكستلات مرات يوميًا لعدة ٦ أشهر على الأقل مع حالات الندبات القديمة

لا يتصح باستعمال جل كونتراكتيوبكس الابعد التنام الجروح نمامًا"

or

Scaro cream 45 L.E

Scaro should not be used on open or ulcerated wounds as it does not help at that

stage (approximately used after 7-10 days from the wound occurrence).

Apply a suitable amount of Scaro on the needed (scar) site twice daily for 2-6 months or until the scar has almost disappeared.

Improvement in the appearance can begin in as little as 2 weeks. Individual results may vary.

For best results a minimum of 8-12 weeks of treatment is necessary







Dr / Rasha Hany

روشتة لملاج تساقط الشمر الغير وراثي Non Hereditary Hair loss

R /
HairStabil Shampoo

شامبو يفرك في الشعر لمدة خمس دقائق
ثم يشطف بالماء مرة يومياً

Tonoscalpine lotion لوشن يوم بعد يوم على الشعر المغسول الجاف

For hair & nail capsules

کبسولة مرتین یومیاً لمدة شهر - ۳شهور
تحتوی علی فیتامینات ا و ه و الزنك

روشته لعلاج التهاب مجرى البول

for TTT OF URINARY TRACT INFECTION

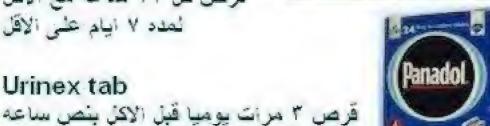
في الحالات البسيطة او اللي فيها pus cells < 30/HPF Uvamin retard cap كيسوله كل ١٢ ساعه

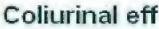
في الحالات الشديده او اللي فيها pus cells > 30/HPF Ciprofar 500 mg قرص كل ١٢ ساعه مع الاكل









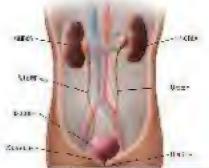


على نص كوب ماء ٣ مرات يوميا بعد الاكل

Panadol tab

قرص عند ارتفاع درجه الحراره

- * Brink plenty of water to dilute your urine and help flush out bacteria.
- Use a heating pad. Apply a warm, but not hot, heating pad to your abdomen to minimize bladder pressure or discomfort.
- Avoid drinks that may irritate your bladder. Avoid coffee, alcohol and soft drinks containing citrus juices and caffeine
- Urinate when you have the urge. Don't hold your urine for a long time.
- Avoid constipation.
- Urinate immediately after sexual intercourse. This is the best protection women have against UTIs, because it helps prevent bacteria from moving into the urethra.
- Post-menopausal women may want to ask their doctors about using vaginal estrogen to prevent recurrent UTIs.



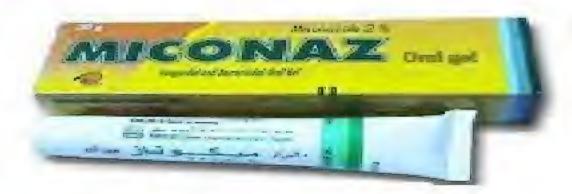
Front View of Littrary Track





ينصح بتناول عصير التوت البري Cranberry juice حيث يكون له اثر فاتل على البكتيريا الموجودة

عدوى القم بالقطريات عند الأطفال Oral Fungal Infection in children

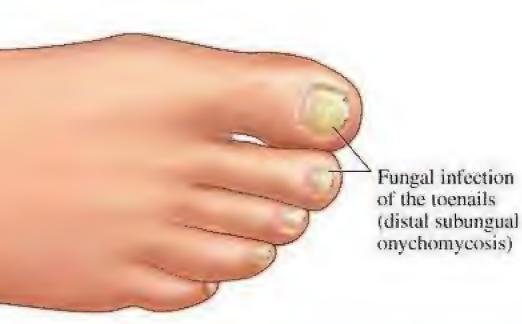


Miconaze oral gel

ملعقة فم القم كل 8 ساعات

Contain Miconazole (Broad spectrum antifungal)

* Appears as Whitish cover over the tongue.



روشتة لإصابة الأظافر بالفطريات

> Nail Fungal Infection

Lamisil tab	قرص واحد يومياً لمدة ١٤ يوم _ يكرر كل شهر _ لمدة ٣ شهور	Fungicidal drug
Trosyd nail	يوضع مرتين يوميا لمدة ٦	
solution	ببهور	Strong solution for nail yeast infection



Dr / Rasha Hany

Fucidin cream sshould be added if there is Bacterial infection.



-إذا استازم الوقوف فيجب وضع إحدى القدمين على درجة وثني الركبة وتجنب المشي حافي القدمين على السيراميك.

حَينب الجلوس أو الوقوف لفترات طويلة أكثر من ٢٠ دقيقة وإذا كان لا بد فتأخذ فاصل دقيقتين من الحركة.

- تجتب حدوث الإمساك وعلاجه جيداً بالملينات وتناول الخضروات والفواكه.

-عند النهوض من النوم :: يشي الشخص الركبتين ويستدير على جنبيه ثم الجلوس ثم القيام عن طريق دفع الأيدي وعكس الخطوات عند النوم.

- النوم على أحدالجنيين مع وضع وسادة بين الفخذين + وضع وسادة تحت الركبتين والقدمين

روشته لعلاج الجليجل او شحاذ العين او دمل الجفن for TTT of stye

Hot compresses. These may help to ease soreness and draw the pus to a head. Hold a clean flannel, that has been in hot water, gently but firmly against the closed eye. Do this for 5-10 minutes, 3-4 times a day. (The water should be hot, but comfortable and not scalding.)

Okacin E.D Insert 2-3 times daily 1 drop into the lower cojunctival sac. Duration of the treatment is 7 to 9 days.

systemic antibiotic if needed Hibiotic 625 mg 1 tab 3 times daily

if no improvement within 7 days
Incision and drainage. A professional can perform
this procedure. It is like lancing a boil. A sterile
needle (or perhaps a scalpel) can be used to open
the stye and drain the pus. This should not be
attempted by yourself, as you might spread the
infection to the eyelid, with serious consequences.

N.B :Do not try to squeeze the pus out of a stye. If the stye is not ready to burst, the infected pus may be squeezed into the tissue next to the stye, causing the infection to spread further.







لعلاج جفاف العين

for TTT of dryness of eyes

Tears natural E.D or Liquifilm tears E.D or Tears guard E.D

قطره للعين ٤ مرات يوميا

For people with blepharitis and other conditions that cause eyelid inflammation that blocks the flow of oil to the eye, frequent eyelid washing may help. To wash your eyelids:

Apply a warm washcloth to your eyes. Wet a clean cloth with warm water. Hold the cloth over your eyes for five minutes. Rewet the cloth with warm water when it cools. Gently rub the washcloth over your eyelids to loosen any debris.

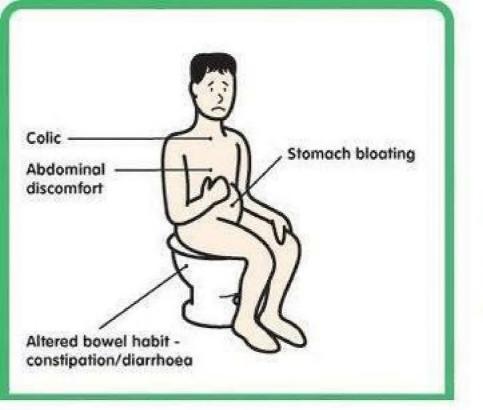
Use a mild soap on your eyelids. Use baby shampoo or another type of soap recommended by your doctor. Put the soap on your clean fingertips and gently massage your closed eyes near the base of your eyelashes. Rinse the soap completely away.

Your doctor may recommend that you do this daily, even when you don't have dry eyes symptoms. Stopping this daily routine may cause your dry eyes to return.





Omega-3 and omega-6 fatty acids may help relieve dry eyes symptoms. These fatty acids, found in fish and vegetable oils, are thought to reduce inflammation in the body



نظام غذائسي لمريض القولون العصبي والانتفاخ

الإفطار:

كوب لبن أو بليلة (اللبن غير مستحب عند البعض)
بيضتان مسلوقتان أو جبن أو طبق صغير فول مصفي
خبز أبيض أو توست
كوب خفيف جداً من الشاي

الغذاء:

أرز أو مكرونة أو شعرية + لحم مسلوق أو مشوي أو سمك مشوي أو سبانخ أو قلقاس خبز أبيض أو توست

بطاطس مهروسة أو كوسة مسلوقة + تفاح أو عنب أو برتقال أو تبيزأو مشمش

الساعة الرابعة بعد الظهر: بسكويت أو كيك

العشاء:

ارز بلبن + مهلبية أو جيلي أو عسل نحل أو بطاطس مهروسة - بقدونس - خس



الأكل عدة مرات في اليوم ،

- زيادة تناول الملح . (غير مستحب)

- ملعقة عسل تحل كل ساعتين إذا لم يكن مريضاً بالسك

-تناول مشروب ساخز _ كل ٣ ساعات وخاصة القرفة - الزنجبيل -

القهوة - وحبة البركة.

مع التقليل من الكوبوهيدرات (الأرز المعركونة عما الخبز ع

برجاء المراجعه قبل تطبيق أي من هذه الوصفات

#طب_العشوائيات